

**Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.
Facultad de Cultura Física.**

**“Nancy Uranga Romagoza.”
Pinar del Río.**

**TESIS PRESENTADA EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE
MÁSTER EN ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD**

Título: Programa de actividades físico-recreativas para una mejor ocupación del tiempo libre en niños de 6 a 12 años de la zona # 5 circunscripción #12, de la comunidad perteneciente al consejo popular de “Santa Lucía” municipio Minas de Matahambre.

***Autor:* Lic. Alexis Izquierdo Valdés.**

***Tutor:* DrC. Luis A Cuesta Martínez.**

2011

“Año 53 de la Revolución”

Agradecimientos.

Una de las cualidades más hermosas de todo ser humano es gratificar con infinito amor la ayuda constante que tiene siempre mi familia, del claustro de profesores de la maestría de la Universidad de Ciencia de la Cultura Física y el Deporte “Nancy Uranga Romagoza” de Pinar del Río.

Dedicatoria.

Dedico esta investigación a todas aquellas personas que de una forma u otra han contribuido a la culminación de mis estudios a mi familia, al compañero Amado Sabino Morales Martínez por guiarme siempre por el camino correcto y al máximo líder de la Revolución Fidel Castro Ruz por sus enseñanzas en cada una de las reflexiones y por hacer realidad mi sueño.

Resumen.

El presente trabajo tiene como problema científico: ¿Cómo contribuir a la ocupación del tiempo libre de los niños entre 6 a 12 años de la zona # 5 circunscripción # 12 perteneciente al consejo popular Santa Lucía del municipio Minas de Matahambre?, teniendo como objetivo: Aplicar un programa de actividades físico-recreativas en función de lograr una mejor ocupación del tiempo libre de los niños entre 6 a 12 años de la zona # 5 circunscripción # 12 perteneciente al consejo popular Santa Lucía del municipio Minas de Matahambre.

Este estudio se inició con la aplicación de varios instrumentos investigativos para conocer el grado de satisfacción recreativa de los niños de la referida comunidad, las necesidades e intereses recreativos de estas personas y las ofertas que se le brindaban; las que evidenciaban que eran limitadas y poco sistemáticas

En el desarrollo de la investigación empleamos, tanto métodos teóricos, como empíricos como la observación, la encuesta y la entrevista, así como métodos de intervención comunitaria para ampliar los datos con los cuales se trabajó.

Todo lo cual nos permitió llegar a conformar un programa de actividades físico-recreativas, el cual se ha estructurado sobre la base de la realidad y objetividad, partiendo de los preceptos más actuales sobre la temática en cuestión.

Después de un período de aplicación del programa se procedió a valorar el mismo, el cual tuvo gran aceptación por los especialistas consultados, por los niños que participaron de él y por los propios habitantes de la comunidad.

Palabras claves.

Tiempo libre.

Recreación.

Comunidad.

Actividad físico recreativas.

Índice.

Contenido.	Paginas.
Introducción.	1
Problema científico.	6
Fundamentación del problema.	6
Objeto de estudio.	6
Campo de acción.	6
Objetivo.	7
Preguntas científicas.	7
Tareas científicas.	8
Estrategia metodológica.	8
Estructura de la tesis.	13
Capítulo 1. Marco teórico.	14
1.1- Recreación comunitaria.	14
1.1.1-Características socio psicológicas de la recreación.	16
1.1.2-Funciones de la recreación física en la comunidad.	17
1.2- Tiempo libre a través de actividades físico-recreativas.	18
1.2.1 - Presupuesto de tiempo y tiempo libre.	24
1.3-Características anatómico, fisiológicas del organismo.	27
1.4-Características psicológicas de las relaciones mutuas entre niño.	29
1.5- Actividad físico recreativas.	31
1.5.1- Beneficios de las actividades físico-recreativas para los niños.	33
1.5.2 -Principios de la actividad física.	33
1.6 - Programación recreativa.	34
1.6.1 -Enfoque básico del programa.	35
1.6.2- Características fundamentales que sustentan el programa.	35
1.6.3-Etapa de diagnóstico.	36
1.6.4 -Etapa de determinación de objetivos.	37
1.6.5-Aplicación del programa.	37
1.6.6-Evaluación	38
1.6.7-Instrumentación del programa.	39
1.7 –Comunidad.	39
Conclusiones del capítulo.1	40
Capítulo.2 Análisis de los resultados	41
2.1-Caracterización del consejo popular “Santa Lucía”	41
2.2-Características y estructura del grupo de niños	42
2.2.1 Necesidades para resolver situaciones que se presenten	42
2.3. Métodos y procedimientos que sustentan la propuesta.	42

2.4- Resultados de la observación	43
2.5-Resultados de la entrevista.	44
2.6- Resultado de la encuesta a los niños	46
2.7-Resultados Auto registro presupuesto de tiempo libre.	48
2.8- Análisis de la aplicación de las técnicas de intervención comunitaria	50
2.9-Actividades físico-recreativas para los niños	51
2.10-Orientaciones para la aplicación.	53
Conclusiones:	54
2.11- Propuesta del programa.	55
2.11.1-Propuesta de actividades físico-recreativas para niños	56
2.11.2-Indicaciones metodológicas	57
2.11.3 Programa de actividades físico-recreativas	58
2.11.4-Valoración teórico de la utilidad	63
2.11.5-Implementación de la valoración práctica.	64
Conclusiones	67
Recomendaciones	69
Revisión bibliográfica.	
Bibliografías.	
Anexos.	

Introducción.

La revolución científico técnica y sus consecuencias en el orden social producen modificaciones sustanciales en el ritmo de vida del hombre contemporáneo. Los avances de la tecnología implican un singular progreso en la sociedad actual, observándose también importantes transformaciones en la actitud del hombre frente al trabajo y la vida en general, avances de los procesos de comunicación a distancia, se masifican los gustos a partir de los avances de los medios de comunicación, produciéndose un proceso de gradual acceso donde la creatividad individual queda supeditada a esquemas rutinarios y aparece un tiempo libre que en su relación conceptual y de contenido guarda muy poca relación con el tiempo de trabajo.

El tiempo libre es una necesidad social para el individuo, pues, en cierta medida, de su empleo racional y útil dependerá el papel que desempeña y pueda alcanzar el hombre en la sociedad. Durante el tiempo libre el ser humano realiza variadas actividades deportivas y recreativas que están en correspondencia con sus intereses y también con la cultura deportiva del tiempo libre.

El tiempo libre es aquel que resta luego de descontar la realización de un conjunto de actividades biológicas o socialmente admisibles de inclusión, propias de un día natural (24 horas) y que se agrupan bajo los indicadores: trabajo, transportación, tareas domésticas, necesidades biofisiológicas y de obligación social.

De ahí se infiere, que después de un tiempo de trabajo (alta obligatoriedad) y de la realización de otras que se incluyen en un día natural que poseen obligación (aseo, alimentación, transportación, etc.) el que resta de un día determinado y que permite la opción de una u otra actividad de interés y preferencia, las cuales constituyen las actividades de tiempo libre.

Por lo que el tiempo libre constituye una condición obligatoria en la reproducción espiritual ampliada de la personalidad por lo que organizarla racionalmente constituye una tarea de gran trascendencia social, esto demuestra no solo como se planifica las horas de estudio sino que resulta de eficaz importancia la planificación del tiempo libre.

Una manera eficiente de emplear el tiempo libre lo resulta la práctica de actividades físico-recreativas las que resultan a su vez contribuyen al buen desarrollo físico y espiritual de aquellos que la practican (Aldo Pérez Sánchez, 2003).

En el tiempo libre se realizan actividades físico-recreativas que le dan la oportunidad al niño de realizar vivencias y aventuras, saturadas todas ellas de valores educativos, logrando un mayor acercamiento a su ambiente, que provocará un mayor conocimiento y comprensión del mismo, una mejor identificación y amor hacia la naturaleza.

Según la declaración universal de los derechos humanos (Art.24 del 10 de diciembre de 1948) "Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del tiempo y a vacaciones periódicas pagadas.

La problemática del tiempo libre y la recreación, constituye un desafío de nuestra época puesto que tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales y culturales.

Moreira R. (1979) y coautores al referirse a la recreación plantea que la misma facilita el desarrollo de las actividades, la observación de la naturaleza y la sociedad, la vinculación del conocimiento cultural y teórico en el contacto común que permite la profundización en la concepción científica del mundo por lo que las actividades físico-recreativas es un elemento fundamental del proceso educativo con ella se logra que los niños ocupen su tiempo libre de una manera sana, con ejercicio al aire libre que desarrollen su mente y cuerpo alejándolo de actividades nocivas para su vida y salud.

Existe una necesidad de realizar actividades físico- recreativas organizados por entidades responsables que contribuyan a transformar el tiempo libre de niños en un espacio ameno, no dados solo para la diversión y el entretenimiento, sino también para el enriquecimiento físico y espiritual.

Las actividades físico-recreativas son aquellas de carácter físico, deportivo, o turístico a los cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para el desarrollo activo, diversión y desarrollo individual.

Estas persiguen como objetivo principal la satisfacción de necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final salud y alegría. De aquí podemos inferir que reviste gran importancia para la sociedad.

El medio social desempeña un papel fundamental en el desarrollo del hombre y su núcleo que lo compone la familia, el hogar es la primera escuela del niño, siendo los padres los primeros maestros de ellos depende la necesidad de que aprendan a educar en el hogar inculcado desde la cuna valores que logren un hombre integrado a la sociedad.

En los últimos tiempos la ocupación del tiempo libre es un tema que se aborda con frecuencia, cada día toma más relevancia y significación pues se trata de la ocupación positiva de este tiempo en la realización de actividades que contribuyan al esparcimiento y desarrollo de los miembros de la sociedad en cada uno de los grupos que conforman la misma, todavía más si tenemos en cuenta las necesidades y preferencias de cada uno de ellos.

Hoy podemos decir que el tiempo libre y el trabajo comunitario es un problema que está planteado ya no es querer, el saber o el poder actuar sobre este ámbito, de hecho reconocer la necesidad de enfrentar esta situación no es una ausencia en la agenda política de las naciones y organismos internacionales; el reto más bien gira entorno a cómo lograr implementar mecanismos de intervención eficaces que reviertan la situación; si embargo los proyectos de esta naturaleza mucho son los presupuestos a tener en cuenta y frecuentemente han sido sus fracasos.

De acuerdo al desarrollo alcanzado y a la urbanización, cada vez se hace casi imposible encontrar dentro de la comunidad áreas con características apropiadas para que los niños ocupen su tiempo libre, por lo que en nuestro trabajo nos damos a la tarea de planificar una serie de actividades y la creación de áreas

recreativas donde los niños puedan ocupar su tiempo libre dentro de la comunidad.

En la presente investigación se pretende ocupar el tiempo libre de los niños en actividades que proporcionen beneficios, que contribuyan al fortalecimiento de su organismo, a su desarrollo físico, intelectual y educativo en general, así como mantenerlos aptos para actividades que tengan que realizar durante la vida.

Al mismo tiempo, dichas actividades propician el desarrollo de las cualidades morales y sociales de la personalidad, Además de la alegría de comunicarse, de compartir emociones y sentimientos de amistad, a los que también se suman posibilidades para la formación de la conciencia, de una conducta altamente moral, de libre expresión y autoafirmación, incluyendo además la orientación que aporta a las familias sobre la educación de sus hijos y el positivo papel en las interrelaciones sociales en general.

Todo lo antes expuesto, unido a la problemática actual de lograr una satisfacción recreativa en nuestra población, nos motivo a llevar a cabo esta investigación, por lo que este tema responde a la línea investigativa de esta maestría: validación de programa de actividad física comunitaria que respondan a la mejorar la calidad de vida de los ciudadanos.

El trabajo se enmarca en la zona # 5 circunscripción # 12 del consejo popular Santa Lucia del municipio Minas de Matahambre se caracteriza por ser un barrio sin problemas de carácter social, pues no ocurren manifestaciones delictivas, ni antisociales con frecuencia, no obstante, las personas que allí residen, manifiestan cierta inconformidad con la oferta de actividades recreativas atractivas para la ocupación del tiempo libre.

Al realizar la caracterización de esta comunidad se pudo precisar que está ubicada en una zona urbana, electrificada, con servicio de acueducto y alcantarillado. Dentro de los aspectos demográficos sobresale el sexo femenino.

El contexto social objeto de investigación lo constituye la zona # 5 circunscripción # 12 del consejo popular Santa Lucia municipio Minas de Matahambre, en función de ocúpale el tiempo libre de los niños de 6 a 12 años.

El Consejo Popular "Santa Lucia fue creado en 1805 y se encuentra ubicado al norte de del municipio Minas de Matahambre, limitando al este con Puerto Esperanza, al oeste con Mantua.

Esta comunidad es urbana, con red de acueducto, está electrificado. Tiene una extensión territorial de 17,7 Kilómetros cuadrado, consta con una población de 3645 habitantes que representan 120 habitantes por kilómetro cuadrado. Además está constituido por esta comunidad es urbana, con red de acueducto, está electrificado. Además está constituido por un delegado, una presidenta, 20 circunscripciones, 17 zonas de los CDR, 57 que agrupan a 2885 cederistas, 17 bloques de la FMC, delegaciones 125 que agrupan 3026 federadas que representan el 89% de las femeninas mayores de 14 años.

En el diagnóstico previo aplicado contamos con niños que ocupan su tiempo libre montando bicicleta, carriola, cazando pájaros y pescando en la presa por lo que podemos considerar juegos riesgoso.

No posee instalaciones deportivas donde puedan realizar actividades dirigidas a ocupar el tiempo libre.

No todos los niños tienen la posibilidad de practicar actividades fuera del hogar escolar a los mas pequeño los padres no lo les permiten salir.

La selección correcta de las actividades físico-recreativas en el tiempo libre de la población permiten que se fortalezca la salud y que desarrollen físicamente y mentalmente.

Ya que las actividades físico-recreativas sirven como mediador en este trabajo en la comunidad por que nos señala la dirección para mejorar la calidad del mismo lo que constituye su aporte práctico.

En las entrevistas efectuadas se constato que para ocupar el tiempo libre.

- Las opciones que se brindan de actividades no son suficientes.
- No existe variabilidad en las ofertas recreativas.
- No exciten áreas donde se pueden realizar actividades físico recreativas.

- Las actividades no se realizan sistemáticamente.
 - No se encuentra la población satisfecha con las actividades programadas.
- Por lo antes expuesto definimos el problema de nuestra investigación.

Fundamentación del problema.

Producto a la necesidad de planificar actividades físico-recreativas que estén acorde con los intereses de los niños para la ocupación del tiempo libre nos dimos a la tarea de realizar primeramente una guía de observación para conocer con que cuenta la circunscripción y que condiciones presenta para la realización de las actividades de los niños (Anexo 1), además de una entrevista a informantes claves de la zona#5 con vista a mejorar las actividades (Anexo 2) ya que se pudo constatar que no están satisfecho con las actividades que se realizan a los niños en el tiempo libre. Por lo que les realizamos una encuesta a los niños para conocer que actividades prefieren en su tiempo libre (Anexo 3) de actividades en las cuales ellos pudieran ocupar su tiempo libre, por lo que realizamos el auto registro de presupuesto de tiempo libre. (Anexo 4)

Teniendo en cuenta lo planteado anteriormente nuestra investigación está encaminada a realizar un estudio sobre la ocupación del tiempo libre en los niños de la zona#5 circunscripción #12 de la comunidad pertenecientes al consejo popular "Santa Lucia", y proponer un programa de actividades físico-recreativas encaminadas a mejorar las opciones de entretenimiento de estos.

Problema Científico:

¿Cómo contribuir a una mejor ocupación del tiempo libre de los niños de 6 a 12 años de zona # 5 circunscripción #12, de la comunidad perteneciente al consejo popular Santa Lucía, del municipio Minas de Matahambre?

Objeto de Estudio

Proceso de Recreación comunitaria.

Campo de Acción.

Ocupación del tiempo libre de los niños de 6 a 12 años de la zona # 5 circunscripción # 12.

Objetivo General

Proponer un programa de actividades físico-recreativas en función de lograr una mejor ocupación del tiempo libre de los niños de 6-12 años de la zona # 5 Circunscripción #12, de la comunidad perteneciente al consejo popular Santa Lucía.

Preguntas Científicas:

1. ¿Cuáles son las concepciones teóricas que sustentan la importancia de la eficaz ocupación del tiempo libre como actividad físico-recreativa a través del trabajo comunitario?
2. ¿Cuál es la situación actual que presentan los niños de 6 a 12 años de la zona #5 circunscripción #12, de la comunidad perteneciente al consejo popular Santa Lucía, con respecto a la ocupación del tiempo libre y la realización de actividades físico-recreativas?
3. ¿Cómo estructurar un programa de actividades físico-recreativas en la ocupación del tiempo libre de los niños de 6-12 años de la zona# 5 circunscripción #12, de la comunidad perteneciente al consejo popular Santa Lucía?
4. ¿Cuál es la efectividad del programa de actividades físico-recreativas para una mejor ocupación del tiempo libre de los niños de 6 a 12 años de la zona #5 circunscripción # 12 de la comunidad perteneciente al consejo popular de Santa Lucía?

Tareas Científicas:

1-Análisis de las concepciones teóricas existentes que sustentan la importancia de la eficaz utilización del tiempo libre como actividad físico recreativa a través del trabajo comunitario la recreación.

2-Diagnóstico de la situación actual que presentan los niños de 6 a 12 años de la zona #5 circunscripción #12, de la comunidad perteneciente al consejo popular Santa Lucía, con respecto a la ocupación del tiempo libre y la realización de actividades físico-recreativas.

3-Elaborar el programa de actividades físico-recreativas para la mejor ocupación del tiempo libre de los niños de 6 a 12 años de la zona# 5 circunscripción # 12 de la comunidad perteneciente al consejo popular “Santa Lucía”.

4-Valoración de la efectividad del programa de actividades físico-recreativas presentado para los niños de 6 a 12 años de la zona #5 circunscripción # 12 de la comunidad perteneciente al consejo popular “Santa Lucía.”

Control de variables.

Variable Dependiente: Ocupación del tiempo libre.

Variable Independiente: Programa de actividades físico-recreativas.

Estrategia metodológica.

Métodos Teóricos

Histórico Lógico: Permitió analizar los elementos de semejanzas con otros estudios sobre la ocupación del tiempo y las actividades físico-recreativas existentes de incidencia positiva en conformación de un programa de actividades para el disfrute de los niños.

Análisis -Síntesis: Este método nos sirvió para la determinación de las actividades físico-recreativas según los intereses de los participantes en la ocupación del tiempo libre de los niños en edades de 6 a 12 años, así como establecer la forma en que serán ofertadas dichas actividades.

Inductivo-Deductivo: Fue utilizado para elaborar el objetivo en función de seleccionar el programa de actividades recreativas para la ocupación del tiempo de los niños en edades de 6 a 12 años de la zona-# 5 circunscripción # 12 del consejo popular “Santa Lucía” municipio Minas de Matahambre.

Métodos Empíricos:

Observación: Se realiza para constatar el problema, las actividades que realizan los niños, instalaciones con las que cuentan con el objetivo de constatar una serie de aspectos relacionados con la planificación de la misma. (Anexo-1).

Entrevista: Realizada a los factores vinculados al desarrollo de la recreación en el consejo popular motivo de estudio con el objetivo de conocer sus opiniones relacionada con la organización y realización de las actividades físico-recreativas en la zona. (Anexo-2).

Encuesta: Se les aplica a los niños para conocer los criterios en cuanto a la programación de las actividades físico-recreativas y sus preferencias entre otros elementos. (Anexo-3).

Estudio de presupuesto Tiempo: Fue concebido a partir de la aplicación del Auto Registro de Actividades (Anexo-4), con el objetivo de analizar, en la muestra, la distribución del tiempo dedicado a cada una de las actividades globales o principales de realización cotidiana, así como la determinación de la magnitud y parte de la estructura del tiempo libre de que disponen.

Trabajo con documentos: Se utilizó con el objetivo de analizar como elaborar un programa de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los niños de la zona #5, realizando una búsqueda y estudio de los materiales relacionado con el tema.

Método estadístico:

Se utilizó la estadística descriptiva e inferencial, empleándose como técnicas: la valoración de las cantidades relativas en promedios de tiempo de las mediciones realizadas (estudio de Presupuesto de Tiempo y Tiempo Libre), el análisis porcentual de los resultados arrojados por la observación, la entrevista y la encuesta, así como la Dócima de Diferencia de Proporciones, para la comparación de los resultados de las Observaciones (primer y segundo

momento). Todos estos datos resultantes fueron reflejados en tablas y gráficos confeccionados al efecto.

Métodos sociales:

Investigación –acción participativa: En la búsqueda de las necesidades de los niños de 6 a 12 años de la zona #5 circunscripción 12 del consejo popular “Santa Lucía”, como punto de partida para determinar y transformar la realidad social en la que viven.

Métodos de intervención comunitaria.

Permitieron complementar la información necesaria para la constatación del problema existente en la comunidad, así como la confección e implementación de la nueva propuesta.

Técnicas de intervención comunitaria.

Entrevista a informantes claves: Se realizó a diferentes representantes de las organizaciones de masa activas de la comunidad, UJC, CDR, FMC y PCC.

Forum comunitario: Se efectuó un debate con los niños del Consejo Popular, de manera conjunta, en el que se expresaron las principales dificultades existentes en cuanto al desarrollo de las actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre.

Observación psicológica encubierta: Se realizó, en los meses de marzo 2010 a marzo 2011, a la muestra de niños, para comprobar el grado de motivación de estos por las actividades físico-recreativas. Se partió de una guía la cual evidenció el grado de motivación que presentan los niños para la realización de dichas actividades.

Métodos sociales.

Investigación –acción participativa: En la búsqueda de las necesidades de los niños de 6 a 12 años de la zona#5 circunscripción 12 del consejo popular “Santa Lucía”, como punto de partida para determinar y transformar la realidad social en la que viven.

Población y muestra.

Clasificación de Datos.

Población: 84 niños.

Muestra: 28 niños por la correlación 1 de 3 se utilizó un muestreo aleatorio simple, probabilística los datos son cuantitativos.

Escala nominal: Clasificación del grupo de interés de los niños.

Técnica estadística: Trabajo con cantidad relativa %.

Trabajo con estadística: Décima de proporciones.

Uso de tablas y gráficos estadísticos.

Tipo de estudio: Explicativo experimental.

Variable discreta.

Cálculo. Porcentual.

Como población secundaria tenemos a 12 informantes claves, conformados por: Presidente del consejo popular, Delegado de la circunscripción, activistas de la comunidad, Presidente del CDR de esa circunscripción y la secretaria del bloque de la FMC.

Pertinencia Social: Es pertinente porque incorpora a los niños en las actividades que se realizan sistemáticamente logrando ocupar el tiempo libre adecuadamente.

Novedad Científica: El trabajo aborda una problemática que afecta el comportamiento adecuado de los niños de 6 a 12 años en la comunidad de investigación relacionada con la correcta ocupación del tiempo libre que disponen proponiendo actividades físico-recreativas acordes a sus necesidades.

Actualidad Científica: Encaminada a resolver una situación social teniendo en cuenta que el comportamiento de los niños que ponen en riesgo su vida y su futuro desarrollo lo que exige un estudio apoyado en la utilización de métodos científicos, soluciones que despierten interés en la comunidad.

Aporte teórico de la investigación

Esta dado en la fundamentación histórico-teórica de la eficaz utilización del tiempo libre de los niños en la comunidad, además de que a través del mismo se

fortalecen las relaciones y hábitos entre los habitantes de las comunidades por lo que la existencia de actividades físico-recreativas brinden a los profesores ,activista y promotores comunitarios una alternativa viable para accionar sistemáticamente en la ocupación sana del tiempo libre con actividades asociada a la práctica educativa teniendo como concepción las especificidades de la comunidad como objeto de estudio así como los intereses y necesidades de los niños de 6 a 12 años.

Aporte practico de la investigación

Se materializa en brindar a los promotores de actividades así como al presidente del consejo popular y a los presidentes de los diferentes CDR, FMC de un material con la propuesta de un programa de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los niños de 6 a 12 años de la zona # 5 circunscripción #12 de la comunidad perteneciente al consejo popular de “Santa Lucía” municipio Minas de Matahambre la cual está encaminada al desarrollo pleno del niño alejándolo del peligro.

Con la realización de las actividades físico-recreativas pretendemos.

- 1-Que el niño se aleje de situaciones peligrosa.
- 2-Que el niño se desenvuelva en colectivo.
- 3-Que el niño se eduque con conductas acorde a nuestra sociedad.
- 4-Que el niño se desarrolle en un ambiente sano.
- 5-Que el niño se sienta en familia.
- 6-Que el niño desarrolle sus habilidades y capacidades.
- 7-Que el niño disfrute al máximo todas las actividades.
- 8-Que el niño sea responsable.
- 9-Que el niño haga el mayor numero de amistades.

Estructuración de la Tesis

El trabajo cuenta con resumen una introducción con un total de páginas en las que presenta el diseño teórico metodológico de la investigación y fundamentación e importancia del problema planteado.

En el capítulo.1- Se desarrollan los elementos teóricos los resultados de la revisión bibliografica que nos actualizan el objeto de estudio y campo de acción.

Capítulo.2- Resume el estado inicial de la muestra seleccionada con respecto a la ocupación del tiempo libre y preferencias físico-recreativas posteriormente se plantea las actividades que contribuirá a mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños.

Finalmente se reflejan las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliografías y anexos del trabajo investigativo.

CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO.

La recreación en función de la ocupación del tiempo libre en el marco de la comunidad.

En el presente capítulo nos proponemos como **objetivo** valorar los antecedentes teóricos sobre recreación, comunidad, actividad físico-recreativa ocupación del tiempo libre que contribuyan a su formación desde edades tempranas.

1.1 Recreación comunitaria.

Podemos decir que desde la existencia de los combinados deportivos, cuyo encargo social es de educar, en los aspectos físicos, deportivos y recreativos para lograr la educación integral, cultural de los pobladores de una comunidad, se hace necesario estudiar y rediseñar los programas que tienen a su encargo la ocupación del tiempo libre, el esparcimiento y el ocio de estas personas para contribuir a su calidad de vida.

La palabra recreación es muy escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quien la identifique de diferentes formas, sobre a base de la multiplicidad de formas e intereses en el mundo moderno puede constituir forma de recreación, es por eso que muchas veces encontramos lo que para uno es recreación para el otro no lo es, por ejemplo, el cuidado de los jardines para algunos resulta una actividad recreativa y para el otro constituye su trabajo.

Para Dumazedier (1971) sociólogo francés Recreación es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar, su información desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares, y sociales.

Valorando esta definición podemos decir que la recreación debe representar una fuerza activa para el desarrollo de las personas a plenitud, es decir desarrollar óptimamente sus facultades, pues a través de la recreación, la personas profundizan sobre el conocimiento del mundo y su percepción para enriquecer su mundo espiritual.

El profesor norteamericano **Harry. A. Overtrut** plantea: la recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre con tendencias a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización.

Valorando esta definición vemos que en ella no queda explícita el auto desarrollo que la recreación propicia al individuo, donde este pueda expresar sus sentimientos, el encuentro de su propio yo, y que propenden en última instancia a su plenitud y a su felicidad y a la participación consciente y responsable en la vida social.

Siguiendo a **Joan Huisinga** y otros autores, podríamos establecer que el vuelco de una persona a una actividad recreativa de cualquier naturaleza, se encuentra dentro de las formas de juego.

La recreación es un fenómeno que da muchos significados. En la escuela tradicional se le llamó recreo entre dos materias u horas de clases, en que se permitía a los alumnos jugar o descansar, reponiendo los esfuerzos de concentración requerida por el estudio, para muchos, la palabra tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso.

Una muy aceptable y completa definición fue elaborada en **Argentina** durante una convención realizada en el 1967, definición que mantiene su plena vigencia y plantea. La Recreación es aquella actividad humana, libre, placentera. Ejecutada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que les permiten volver al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y felicidad.

El término de recreación aparece acuñada en la literatura especializada en 1899 en la obra clásica del sociólogo y economista norteamericano **Thorstein Veblen, The Theory Of Leisure class.**

La recreación debe representar una fuerza activa mediante la cual lejos de ser una evasión del trabajo, sea una actividad para el desarrollo del individuo a plenitud. Esto quiere decir que será ir al cultivo óptimo de las facultades ya que debido a esta actividad el individuo, se enriquece, profundiza su concepción del mundo, sobre esta base es que presentamos la siguiente definición.

El profesor **Moreira. R** (1979) en su libro La recreación un fenómeno socio cultural expresa: La recreación es un fenómeno social ya que solo tiene existencia en la comunidad humana, es realizada por hombre que viven en la sociedad, además se rigen por las leyes del desarrollo social que han esclarecido el materialismo histórico y es un fenómeno cultural ya que esta característica deviene del hecho del contenido de la recreación está representado por formas culturales.

Pérez Aldo.(2003), expresa: La recreación es un conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de ocupación del tiempo libre mediante la actividad terapéutica profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa mediante las cuales se obtiene felicidad satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

El hecho que el individuo obtenga satisfacción directas de ciertas actividades hacen que sean para el formas de recreación debido a que muchas personas derivan experiencias satisfactorias del mismo tipo de actividad estas han pasado a ser considerables formas de recreación, aunque esencialmente la esta es la actitud que caracteriza la satisfacción en estas actividades que den satisfacción, alegría y desarrollo.

1.1.1- Características socio psicológicas de la recreación.

Entre las primeras características socio psicológicas de la recreación en toda su forma están las siguientes:

- 1-Las personas realizan actividades recreativas por si misma; libre de cualquier obligación o compulsión externa.
- 2-Las actividades recreativas brindan a los participantes satisfacción inmediata.

3-El elemento esencial de la recreación no está en los resultados, sino en el disfrute a través de la participación.

4-La recreación es una forma de participación en la que el hombre siente lo que hace y lo que siente con expresión de una necesidad que se satisface. Muchos han sido los intentos por definir la base teórica de la recreación.

Algunos psicólogos y sociólogos han tratado de fundamentar la teoría de la necesidad humana de expresión propia. Otros apoyándose en el campo biológico en las características de la estructura anatómica, fisiológicas del ser humano y en sus inclinaciones y tendencias, desde el punto de vista psicológico, realizan el análisis siguiente: La razón de la vida es la función orgánica, la maquinaria humana se desarrolla sobre la base del movimiento, cada movimiento es una experiencia que supone una acción que admitimos o rechazamos; sobre esa teoría se basa el principio de que todo hombre invariablemente, trata de realizar aquello que más le satisface (ley de efecto); que todo hombre tratará de hacer aquello que mejor realiza (ley de la madurez); que todo lo que realiza continuamente produce una mejor respuesta y produce satisfacción (ley del ejercicio).

Todo lo anterior, conocemos que las tendencias humanas hacia ciertas de actividad, están influidas por su preparación física y mental, por el nivel de cultura, por la edad, sexo, temperamento y que naturalmente, que el medio ambiente entrará en condición o canalizará las formas de ajuste, de acuerdo al concepto social que se tenga de la recreación.

La recreación, por tanto, no es un fenómeno estático sino dinámico esencialmente dialéctico que forma parte y adquiere proporciones objetivas cuando es realmente aplicado para las grandes mayorías, para convertirse entonces en una influyente fuerza vital en el desarrollo de los pueblos.

1.1.2-Funciones de la recreación física en la comunidad.

1- Regeneración del gasto de fuerza mediante la diversidad de actividades físicas.

2-Compensación del déficit de movimiento (falta de actividad muscular dinámica), en el desarrollo normal de la vida.

- 3-Optimización de las funciones físicas fundamentales, es decir, aumento del nivel de rendimiento físico.
- 4-Perfeccionamiento de las capacidades coordinadoras y de las habilidades físico – motoras, especialmente con el fin de una utilización del tiempo libre, rico en experiencias y que promueva la salud.
- 5- Estabilización o recuperación de la salud.
- 6- Empleo del tiempo libre de forma creativa y rica en experiencias.
- 7- Fomento de las relaciones sociales.
- 8- Ampliación de los niveles de comunicación y del campo de contacto social.
- 9- Contacto social alegre en las experiencias colectivas.
- 10- Reconocimiento social en los grupos y a través de ellos.
- 11-Regulación y orientación de la conducta.

No debemos pasar por alto la importancia que tiene la recreación física en el trabajo fuera de la escuela con los niños y el trabajo realizado por el grupo de recreación física, las instituciones y organizaciones socioeducativa.

Como las recreativas propiamente donde el niño libremente hace su opción donde incluye factores decisivos a sus intereses y necesidades lo que le proporciona este trabajo carácter especial porque no cabe duda que la escuela ayuda a cumplir los objetivos del desarrollo multilateral físico y psíquico como la mejor preparación para el trabajo y la vida en la sociedad.

1.2- Tiempo Libre a través de actividades físico-recreativas.

En esta investigación se hace una especificidad con los niños de 6-12 años con el objetivo de obtener los mejores resultados con los componentes de estas edades en la circunscripción # 12 del consejo popular “Santa Lucía”.

Los consejos populares y las circunscripciones han proporcionado que estas actividades tengan mejor organización para su realización.

Se a comprobado científicamente y puesto en practica que el **Tiempo Libre** tiene influencia formativa hace años por el sistema capitalista la cultura de masa y la industria recreativo-cultural además tiene la función ideológica en cada individuo los valores sociales que le dan estabilidad al sistema; y esa función estabilizadora

comienza por la infancia ,absorbiendo inconscientemente y asimilando en mayor o menor grado las bases ideológicas que se transmiten de manera incesante por la escuela los medios de difusión, por las actividades generales por la industria cultural de masa, los planes y sistemas recreativos comunitarios.

Según **Rodríguez Millares**, en el libro *Tiempo Libre y personalidad*, hace referencia a la correcta utilización del tiempo libre, donde existe una vinculación con el desarrollo de la personalidad, de nuestra sociedad, lo contrario de la capitalista donde esta se utilizó como consumo y fuente de riqueza adicional para la clase explotadora.

Como **Tiempo Libre** se conoce al espacio restante después de concluir la realización de actividades docentes, laborales, domésticas, fisiológicas y de transportación, en el que se realizan actividades de libre elección a voluntad de los propios implicados.

Según **Grushin, O (1996)** en el libro “*Tiempo Libre y Desarrollo Social*” nos dice que el tiempo social es la forma de existir de los fenómenos materiales fundamentales de la sociedad que resultan una condición necesaria para el desarrollo, el cambio consecuente de las formas socio métricas como proceso histórico material.

Por lo que afirma que tiempo libre es aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones del tiempo utilitario es decir que el tiempo libre es el cumplimiento de diferentes obligaciones.

A su vez **Zamora, R García, M (1998)** al referirse al tiempo libre dice es una condición obligatoria de la reproducción espiritual ampliada de la personalidad, el hombre puede descansar y trabajar después del trabajo pero sino dispone de tiempo para aumentar sus conocimientos para dominar la ciencia no crece intelectualmente con esto se quiere decir que la sociedad no podrá conseguir la reproducción ampliada de la fuerza espiritual.

También **Mune F 1980**, considera que tiempo libre es una riqueza social cuando se emplea en el desarrollo armónico del hombre, su capacidad y así mismo para un aumento a un mayor del potencial material y espiritual de toda la sociedad.

La ocupación del tiempo libre se encuentra vinculada al desarrollo de la personalidad socialista. Lo contrario de lo que sucede en la sociedad capitalista, que por estar dividida en clases y basada en la obtención de mayores ganancias, “el tiempo libre se convierte en un elemento más para el consumo y también en un elemento de riqueza adicional para la clase explotadora” **(Rodríguez. E, 1982, p38)**.

En concordancia con lo planteado por **Moreira, R (1979)** podemos decir que en las condiciones del capitalismo para con el proletariado y la clase obrera de vanguardia, convierten la recreación y el tiempo libre de las personas en un elemento de lucha de clases en los distintos niveles de estas, especialmente en lo ideológico pues aporta una conceptualización científica, materialista e histórica, imprescindible para aumentar y coordinar las formas de esta lucha, sobre todo en contra de la gran carga ideológica que las teorías burguesas introducen en los conceptos y contenidos de la recreación y el tiempo libre.

Al hablar de tiempo libre es preciso destacar la vinculación directa de este fenómeno con la producción social y por tanto su naturaleza económica y sociológica, la cual una vez evidenciada permite el estudio del mismo sobre bases rigurosas.

El tema del ocio y tiempo libre está entre los más analizados, nos referimos a la definición teórica de los sociólogos **Zamora R García M (1998)**, que señalan que es aquel tiempo que la sociedad posee estrictamente para sí, una vez con su trabajo (de acuerdo a la posición o función de cada uno de sus miembros) ha aportado a la colectividad, lo que necesita para su producción material y espiritual superior.

Desde el punto individual se traduce en tiempo de realización de actividades no obligatorias, donde interviene su propia voluntad, influidas por el desarrollo

espiritual de cada personalidad, aunque en última instancia dichas actividades están socialmente condicionadas.

En nuestro análisis se incluye el ocio, conceptos igualmente de los más discutidos y arbitrariamente, que permite afirmar que existen tantas definiciones como autores sean referido a ellos, así planteamos lo señalado por **Hernández Mendosa** (2000), en su artículo acerca del ocio, tiempo libre y de la animación socio cultural, que en una aproximación al concepto de ocio y de una concepción economista señala que el ocio es considerado con un bien de consumo de primera necesidad, considerando al mismo como media de tiempo y que equivale en realidad al tiempo libre considerándolo tres elementos del ocio:

- 1- Tiempo libre (ocio como tiempo).
- 2- El tipo de actividad (ocio como actividad, se estudian los distintos tipo de (actividad).
- 3- La experiencia vivida (ocio como experiencia).

El ocio como tiempo libre Carlos Marx citado por **Pérez A** (1997), señala que en el siglo XIX se determino certeramente las funciones del tiempo libre al enunciar el tiempo libre representa en si mismo, tanto el ocio para una actividad más elevada, trasforma naturalmente a quien lo posee en otro individuo de mayor calidad, con la cual regresa después en el proceso directo de producción. Las dos funciones recogen en los elementos debatidos y en ocasiones mal definidos.

Desde el punto de vista, el ocio se conforma como una actitud, un comportamiento algo que tiene lugar en el tiempo libre y que no importa tanto lo que se haga sino como se haga.

El ocio, independientemente de la actividad concreta que se trate de una forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación libremente elegida, y realizada, cuyo desarrollo resulta satisfactorio o placentero para el individuo.

Dumazedier (1964) el ocio es el conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse.

Las tendencias mundiales actuales apuestan por menos trabajo y más ocio o tiempo libre. Las horas de trabajo, diarias, semanales, anuales, así como vitales

(a lo largo de toda la vida), se han visto paulatinamente reducidas, en especial para los hombres y, en particular, para los menos cualificados.

Autores como **Mannell, Zuzanek y Larson** (1988) sostienen que el ocio podría considerarse un estado de ánimo, una forma de ser que se manifiesta a través de elección y participación en acciones que provocan satisfacción y disfrute. Siguiendo a **Manuel Cuenca**, se puede entender el ocio como un ámbito de experiencia humana.

Debido a la diversidad de enfoques existentes para el estudio de ocio, es decir, a la denominada rivalidad multiparadigmática en la teoría del ocio (Rojek, 1985), no sorprende que, aún hoy, no exista una definición consensuada que aúne las múltiples perspectivas desde las que se profundiza en el fenómeno.

Lo cierto es que en la actualidad el ocio no puede entenderse de forma exclusiva como tiempo libre, concebido este último como opuesto del tiempo laboral. Si fuera así, solamente podrían disfrutar del ocio aquellos colectivos sociales en los que hubiera un espacio de tiempo dedicado al trabajo. Por tanto, amas de casa, personas jubiladas y los más pequeños no serían grupos susceptibles de disponer de ocio, en ninguna de sus formas.

La elección libre y personal del ocio se materializa casi siempre en la elección de una determinada actividad o acción que la persona decide llevar a cabo. Pero dicha actividad o acción no es lo que se denomina estrictamente ocio. La actividad es la manifestación objetiva y cuantificable del ocio.

La edad tradicional de jubilación de 64 años se anticipa e iguala con frecuencia entre los sexos, mientras que la esperanza de vida es mayor por lo que el mundo del ocio nos atrae cada vez más. Como consecuencia, surgen multitud de programas de construcción de estadios, complejos deportivos, centros de ocio y ciudades universitarias el ocio se ha convertido en una industria gigantesca que, paradójicamente, ocupa a un número creciente de personal laboral.

La televisión se acerca a niveles de saturación y el turismo o los viajes al extranjero se han generalizado. Distinciones tradicionales de sexo y edad pierden progresivamente su sentido en este contexto.

La gente puede divertirse en oficinas y fábricas, del mismo modo que con el trabajo realizado desde su propia vivienda.

En nuestro país las investigaciones sobre el **Tiempo Libre** surgen como una necesidad indispensable a consecuencia del proceso de desarrollo económico y social a partir del Triunfo Revolucionario y la consolidación alcanzada en estos años por las relaciones socialistas de producción.

Estas transformaciones se manifiestan en todos los aspectos del modo de vida y provocan cambios sustanciales en los hábitos, en la cultura y la ideología de las masas y por tanto en las necesidades espirituales y materiales de las mismas.

En las condiciones del socialismo en Cuba, el tiempo libre constituyen un problema, tanto por las implicaciones económicas que puedan tener por su participación en la elevación del nivel cultural, como en la elevación de la productividad en el trabajo de los individuos que practican, todo lo cual implica que este enlace posee una connotación política e ideológica.

Las investigaciones en las esferas del tiempo libre, además de las tendencias teóricas y cognoscitivas, adoptan connotaciones de índole práctica y ejecutiva y sobre todo se realizan partiendo del estudio de las particularidades de la demanda recreativa de las poblaciones, llevándose a cabo dentro de los aspectos económicos, biológicos, sociológicos y psicológicos.

En efecto, el tiempo libre es un concepto en el cual se reflejan distintos aspectos de las relaciones económicas, al margen de los procesos de producción, en combinación con los parámetros del tiempo de la actividad vital de los hombres, caracteriza las condiciones de vida de la población, la reproducción de la capacidad física e intelectual, el grado de desarrollo multilateral de las personas, la actividad social y la orientación política.

Este constituye una necesidad para el individuo y en cierta medida, de su empleo racional y útil, dependerá el papel que desempeñe el hombre dentro de la sociedad en que se desarrolla.

Una manera eficiente para emplear el tiempo libre resulta la práctica de actividades físico-recreativas, las que a su vez contribuyen al buen desarrollo físico y espiritual de aquellos que las practican haciendo más placentera la vida y reconociendo todos los beneficios que ella nos facilita además de prepararnos para la vida.

Powl (1988) la actividad físico-recreativa es un elemento condicionante de la calidad de vida y por consiguiente la salud y bienestar ya que existen datos tanto cuantitativo que concluyen que la actividad físico-recreativa realizada de forma regular es una conducta saludable.

Además que cuando se realizan las actividades físico-recreativas se fortalece la salud y posibilita una mayor ocupación del tiempo libre.

1.2. - Presupuesto de Tiempo y Tiempo Libre.

Según **Maritza García y Rolando Zamora** (1988), el presupuesto de tiempo de un individuo no es más que un informe de su vida cotidiana durante un período de tiempo no menor de 24 horas. Analizando este concepto vemos como el presupuesto de un grupo humano esta conformado por una serie de actividades de realización cotidiana y que estas a su vez son específicas en dependencia de su tipo. Este puede determinarse a través del auto registro de actividades.

Los estudios del presupuesto de tiempo aportan información sobre la magnitud y algunos índices de la estructura del tiempo libre. No obstante, existen otras razones, vinculadas también a la esencia del enfoque cuantitativo del presupuesto de tiempo y a su imposibilidad de medir la dimensión (su contenido), o sea, la faceta cualitativa de su utilización. Esto se debe a varias cuestiones específicas de los métodos aplicados al estudio empírico del presupuesto de tiempo.

Debido a restricciones lógicas en cuanto a recursos humanos y materiales los estudios del presupuesto de tiempo son estáticos, es decir representan fotografías

de situaciones temporales específicas (una semana una quincena un mes, lo que impide medir las variaciones que debe sufrir según los cambios en las características climáticas o producto a determinadas situaciones sociales, vacaciones, fiestas tradicionales, etc., debidas a algunas situaciones coyunturales de la oferta de productos o servicios vinculados a la recreación) periodo de alta o baja del turismo variaciones en el calendario de actividades, variaciones en los precios lo que es otra forma de manifestación de las intenciones subjetivas, los motivos ante las necesidades o hábitos de los individuos.

El presupuesto de tiempo se calcula para determinados estratos sociales, trabajadores de uno u otro sexo, amas de casa, estudiantes, donde se simplifica la relación que se establece entre ellos en el empleo de su fondo de tiempo el cual implica un proceso de participación social.

Pérez Aldo (2003), considera que para que una actividad sea recreativa debe caracterizarse por ser voluntaria, placentera. En consecuencia a uno nadie lo recrea y por lo tanto uno no recrea a nadie: Y lo que es peor: a uno nadie puede obligarlo a recrearse.

Podemos plantear que fuera de la actividad que uno realiza diariamente es que se puede recrear y el tiempo de recreación sería todo el que nos queda fuera de todas las obligaciones cotidianas, estableciéndose una relación con el tiempo libre.

Que se inclina y opta los participantes de acuerdo a criterios individuales sin importar el grado de conocimientos, habilidades o hábitos para la práctica de las mismas.

Intereses: Los mismos están relacionados con los gustos, dependen de las individualidades condicionadas por las posturas de los participantes, la forma de realización, lugar de realización, el cómo realizarlas y con quienes realizarlas, las dimensiones del tiempo libre, etc.

Preferencias: las preferencias recreativo físicas es el orden de ejecución que el hombre establece en relación a sus gustos y en relación directa con sus intereses, en las preferencias en muchas ocasiones se establecen en función del conocimiento, habilidades, hábitos que se tenga en relación a las actividades a ejecutar.

Las necesidades: el hombre necesita cada vez más de la realización de movimientos físicos programados que se logran en este caso mediante la actividad física de tiempo libre, estos deben ser dosificados en función de la edad para que surtan efecto en el organismo, en la prevención de la salud, el rendimiento físico, etc., estas necesidades de movimiento el hombre trata de satisfacerla en la relación que establece a través de sus gustos, intereses y preferencias recreativas.

Demanda: La demanda es la que surge de los gustos, preferencias, intereses y necesidades de la población de las distintas edades ya sea en la escuela, centro de trabajo, circunscripción, asentamiento, comunidad rural y las que deben ser suplidas con una gestión por las autoridades, organismos, instituciones, organizaciones que forman el sistema de la recreación a nivel local.

Oferta: Esta variable es el resultado en la toma de decisiones del sistema de la recreación ante el volumen de información que se diagnosticó para la determinación de los gustos, intereses, preferencias, etc.

Por lo que asumimos como actividad físico recreativas aquellas que por su contenido así lo indica, es decir de carácter físico, deportivo o turístico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual, donde persigan como objetivo la satisfacción de las necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final, salud y alegría.

La calidad y creación de un mejor estilo de vida en la población presume una relación dialéctica entre la ocupación adecuada del tiempo libre, la salud mental y física de cada persona, puesto que por un lado la realización de adecuadas

actividades físico-recreativas fortalecen la salud y lo preparan para el pleno disfrute de la vida por otro una buena salud.

recreativo permite la ocupación del tiempo libre de forma sana para toda la población dentro del consejo brinda la posibilidad de ir a muchas zonas lejanas a trabajar y amas de casas poder realizar ejercicios físicos que favorecen a la salud y bienestar espiritual, la posibilidad de satisfacer las necesidades recreativas de forma organizada.

Lo más positivo de estas personas y los gobiernos se dieron cuenta de que el ejercicio físico controlado es bueno para la salud por eso la Educación Física se convirtió en una asignatura en las escuelas y los seres humanos decidieron que sería una magnífica idea para la ocupación del tiempo libre en realizar actividad física y deporte recreativo.

1.3- Características anatómico, fisiológicas del organismo de los niños de 6 a 12 años.

Sistema circulatorio:

El corazón: De 6 a 12 años ocurre un periodo de crecimiento proporcional del corazón, en la medida que crece el corazón, el volumen sistólico aumenta, en el recién nacido con cada sístole el corazón bombea a la aorta 2,5 ml de sangre y el primer año el volumen sistólico crece hasta 10 ml la frecuencia cardiaca en edades temprana es muy alta pero esta empieza a reducirse en la medida que pasen los años lo que significa que la actividad cardio vascular se hace relativamente estable.

Músculos: Sirven de apoyo de la columna vertebral, la pelvis, extremidades inferiores presentan una insuficiente coincidencia y cuando la realización de las actividades de los niños son incorrectas esto repercute en el futuro desarrollo motor del niño o sea que se produzcan desviaciones óseas) a medida que avanza la edad el sistema muscular se fortalece aumentando el volumen por el engrosamiento de las fibras, se desarrolla la musculatura del tronco, tórax, espalda, las extremidades, los pequeños músculos de las manos y los pies se encuentran en proceso de desarrollo que acentúa a los de 6-7 de edad lo que

explica el lento dominio de los niños en esta edad con los movimientos de las manos, por lo que podemos decir que los grandes músculos se fortalecen primero que los pequeños.

Sistema respiratorio: En los niños de edad temprana el volumen minuto casi no aumenta durante la actividad muscular, con el aumento de la edad predomina más en el aumento de la profundidad respiratoria y la disminución de la frecuencia respiratoria.

En los niños entrenados sistemáticamente será mayor la capacidad máxima de inspiración y espiración, expansibilidad pulmonar y la fuerza de los músculos respiratorios con respecto al niño que hace actividad física.

La actividad muscular aumenta el volumen respiratorio por minutos aproximadamente al igual a su intensidad aumenta el consumo máximo de oxígeno el cual varía con la edad.

La profundidad y frecuencia respiratoria varía la cantidad de aire que toma un niño en inspiración forzada es menor que la de un adolescente, mientras que el número de inspiración y espiración es mayor en un niño que en un adolescente.

En los primeros años de vida la respiración es irregular y su frecuencia uniforme por la insuficiencia del sistema nervioso central, el centro respiratorio de los niños se excita con facilidad, el volumen respiratorio absoluto en los niños es mayor que en los adultos.

Sistema nervioso central: El cerebro es un órgano regulador de la coordinación de los movimientos y del tono muscular en los niños de 4 a 6 años las funciones nerviosas corticales se desarrollan favoreciendo las actividades analíticas – sintética de la corteza así como aumenta la inhibición analítico-sintética de todo estímulo proveniente todo del medio interno y externo, la inhibición en este periodo posee capacidad de resguardar las células nerviosas de la sobreexcitación de la fatiga.

De 6 a 12 años se produce una maduración general del sistema nervioso debido al perfeccionamiento debido a las funciones que tienen su base en la actividad nerviosa.

Cuando ocurren estos cambios en el organismo se consideran como la alteración de la homeostasis producto de la actividad física ya sea por trabajo de una determinada capacidad motriz condicional, coordinativa o durante la enseñanza de un elemento técnico.

1.4 -Características psicológicas de las relaciones mutuas entre niño.

Personalidad y su formación en la edad infantil (investigaciones psicológicas).

Grandes cambios surgen en la edad escolar, en este periodo surgen relaciones entre los niños, periodo surge en ellos el vínculo con el colectivo, comienza a determinarse la dirección de la personalidad, tiene lugar una asimilación bastante intensiva de las exigencias morales, planteadas no sólo por maestros, sino también por los compañeros; aparecen nuevos sentimientos y necesidades morales.

Los niños dirigen mal sus procesos mentales, se alejan con facilidad de las tareas escolares, se distraen por asociaciones casuales, no llevan hasta el fin sus razonamientos.

El lenguaje resulta el medio externo sobre cual el niño se apoya para organizar su pensamiento.

L .V Pisareva afirma que los niños más pequeño que solo se avergüenzan delante de los adultos, los de 9 a 12 años comienzan a hacerlo delante de los niños de su edad aunque no sean conocidos.

E .A .Shestakova afirma que los niños se hacen amigos de los que se sientan en el mismo pupitre, los que viven en la misma calle.

La formación en el tiempo libre prepara a los niños desde sus inicio para el futuro; despierta ansias de conocimientos hacia campos imposibles de agotar por los

sistemas educativos formales; incentivan el uso y el desarrollo de la reflexión y el análisis ante situaciones siempre nuevas y motivantes; canalizar las energías vitales hacia la creación, la participación social y el cultivo de las potencialidades y capacidades individuales; no tienen fronteras de tiempo o espacio: Se lleva a cabo en la casa, en la calle, en las instalaciones, en las escuelas, en toda la sociedad; y se lleva a cabo por múltiples medios: Libros, películas, obras artísticas, programas de televisión, radio, competencias y prácticas de deportes, entretenimientos, pasatiempos, conversaciones, grupos de participación y creación, y por el clima espiritual de toda la sociedad.

Según **Vigotsky** (psicología general del desarrollo (1988) y retomado por Msc. María E. Sánchez (2004) el estudio de la esfera motivacional del hombre, es un aspecto esencial para el desarrollo de la personalidad, distinguiéndose sus necesidades y motivos, por lo que la actividad de este, es provocada por la motivación, que no es más que el proceso psicológico en el cual surgen, se desarrollan y se realizan los móviles de la conducta humana.

Valorando este concepto podemos plantear que el desarrollo del individuo debe ser acorde a la edad, a las habilidades motrices básicas y deportivas en las diferentes actividades físico-recreativas que realizan, por lo que es concerniente analizar las necesidades y motivos para que estos (niños) mantengan un buen estado de salud física y mental.

La caracterización psicológica de los niños está determinada por el inicio del proceso de formación de la personalidad, en la cual se jerarquizan los motivos y se muestran rasgos de una autorregulación en su comportamiento, aparece un receso en las alteraciones de la dinámica motriz, surge nuevamente una etapa culminante caracterizada por la economía de movimientos y de esfuerzos, es un período de algunas dificultades para la excelente rapidez del aprendizaje, con rasgos masculinos (fuertes) y femeninos (suaves), además comienza a incrementarse la fuerza muscular y la resistencia física.

Asumiendo los planteamientos de Vigotsky (1988) podemos decir que el niño se caracteriza por su gran excitabilidad emocional, la cual muestra su sensibilidad afectiva, y vivencias emocionales ricas, complejas, contradictorias con respecto a la de los adultos, por lo que es necesario planificar el tiempo libre

para lograr una adecuada formación psicológica de la personalidad y correctas relaciones interpersonales entre ellos.

1.5-Actividad física recreativa.

Se conoce como actividad físico recreativa a todas aquellas acciones de carácter físico, deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

Según **Jesús Martínez del Castillo**: Plantea que la actividad físico recreativa puede desarrollarse en el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatoria, deportivas, competitivas) sin importar el espacio en que se desarrolla el número de practicantes y el cuadro o nivel de organización.

En relación a la salud, se constata que en las organizaciones, los programas de actividad física incrementan la cohesión y satisfacción de sus miembros y facilitan conductas laborales positivas (aumento de la productividad, disminución del ausentismo y de los días de baja por enfermedad). Además la práctica de la actividad física está fuertemente asociada con la reducción de los cambios en los individuos ya se funcional como morfofuncional.

Según Roberto J. García Antolín y María Elena García Montes (Técnicas de dinamización recreativa en entornos escolares 2002). Para analizar el papel que debe desempeñar el dinamizador en relación con las diferentes fases de evolución de las actividades físico-recreativas se debe tener en cuenta: en primer lugar se hará referencia a la labor de selección y diseño (bien por parte del dinamizador, en aquellos grupos que se inician, bien por éste y el grupo en conjunto, con participantes experimentados), la presentación de las actividades antes de su puesta en práctica y la ejecución propiamente dicha.

Según (**Pérez A. (1997) Fundamentos Teóricos Metodológicos. La Actividad Física** se ha entendido solamente como "el movimiento del cuerpo". Sin embargo, debemos superar tal idea para comprender que la Actividad Física es el movimiento humano intencional que como unidad existencial busca el objetivo de desarrollar su naturaleza y potencialidades no sólo físicas, sino psicológicas y sociales en un contexto histórico determinado.

Consideramos que la práctica de la actividad física, tanto de juego como formativa, tiene una gran importancia para el desarrollo armónico del sujeto para el mantenimiento del estado de salud. Favoreciendo el desarrollo del individuo.

El conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos no sólo es lo que llaman gestión de las actividades físico- recreativa, en esta última entran un grupo de acciones que junto a las mencionadas permiten la satisfacción de los participantes. Se habla indistintamente en el proceso de la recreación de variables tales como: gustos, preferencias, necesidades, intereses, oferta, demanda y aunque todas deben ocupar su lugar durante la gestión de las actividades físicas de tiempo libre.

Por lo que asumimos como actividad físico recreativas aquellas que por su contenido así lo indica, es decir de carácter físico, deportivo o turístico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual, donde persigan como objetivo la satisfacción de las necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final, salud y alegría.

Según **Pérez Aldo** (2003) en su libro de actividad recreativa: Plantea que las actividades de recreación física ayudan a:

- 1- Liberar las cargas de tensión nerviosa.
- 2-Aumentar la capacidad de respiración.
- 3-Aumentar la capacidad de circulación e irrigación cerebral.
- 4-Oxigenar todos los tejidos del cuerpo.
- 5-Consumir el exceso de grasa y ayudar a las funciones digestivas.
- 6-Ayudar a las funciones de eliminación.

Las actividades físico-recreativas revisten gran importancia social ya no solo juega un rol recreativo sino también educativo desde el punto de vista recreativo permite la utilización del tiempo libre de forma sana para toda la población dentro del consejo brinda la posibilidad de ir a muchas zonas lejanas a trabajar y a las casas poder realizar ejercicios físicos que favorecen a la salud y bienestar espiritual, la posibilidad de satisfacer las necesidades recreativas de forma organizada.

Lo más positivo de estas personas y los gobiernos se dieron cuenta de que el ejercicio físico controlado es bueno para la salud por eso la educación física se convirtió en una asignatura en las escuelas y los seres humanos decidieron que sería una magnífica idea para la ocupación del tiempo libre en realizar actividad física y deporte recreativo.

Al planificar las actividades físico-recreativas dirigidas a la ocupación del tiempo libre es importante como señalaba anteriormente edad con que se va a trabajar lo que nos permite seleccionar las ofertas de forma adecuada, a los niños seleccionados para este trabajo dentro de las actividades recreativas que se conoce como actividad físico-recreativa a todas aquellas acciones de carácter físico, deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

1.5.1- Beneficios de las actividades físico-recreativas para niños

De 6 a 12 años.

- 1-Estabilidad articular y coordinación muscular.
- 2- La actividad física constituye a la alegría de vivir y al gozo de una mejor promoción de vida.
- 3-Ayuda a recuperar el equilibrio normal de los procesos metabólicos.
- 4- Proporciona una mejor capacidad de trabajo.
- 5- Aumenta la síntesis proteica y provoca un desarrollo en el volumen de los tejidos y masa muscular.
- 6- Mejora la segregación hormonal lo que ayuda al organismo a mantener las propiedades del medio interno.

1.5.2 -Principios de la actividad física:

Según Aldo Pérez Sánchez (2003)

- 1-Debe ser realizada en tiempo libre.
- 2-Lo recreativo de una actividad no está en la actividad misma, sino en la actitud con la que enfrenta el individuo (opcional, voluntaria sin compulsión externa).
- 3-El auto desarrollo y aporte de características positivas a la personalidad.
- 4- Función educativa y auto educadora.

5-Debe estar al alcance de todos independientemente de la edad, sexo, talento y capacidad.

6-El producto final de la actividad no debe ser el resultado, sino la satisfacción de movimiento y crecimiento personal.

1.6 - Programación recreativa.

Aldo Pérez (2003) En su libro *Recreación fundamentos teórico metodológico* plantea que al realizar una programación recreativa es necesario tener en cuenta los objetivos que nos proponen alcanzar en los sectores poblacionales hacia los que vamos a dirigir este servicio, toda vez que a partir de los mismo, fijaremos las tareas que nos permitirán lograr nuestra finalidad de forma efectiva, a través de métodos y procedimientos para el desarrollo de las actividades.

Nuestra aspiración será propiciar salud, el bienestar físico y mental, desarrollo multilateral de la personalidad del individuo en el tiempo libre.

Ahora bien, tenemos que la distribución del tiempo libre de ser una forma, en la que el hombre manifiesta sus capacidades es el índice más importante, que caracteriza la actividad y el desarrollo de la personalidad.

La oferta de las actividades recreativas debe ser de la preferencia de la sociedad a fin de que responda a los intereses comunes individuales, lo cual tributa a la conservación del carácter motivacional y recreativo de las actividades.

Los programas de actividades físico-recreativas deben partir del conocimiento de las necesidades e intereses recreativos, condicionadas por factores determinantes, entre los que se encuentran el socio económico, demográfico, psicológico, médico, biológico y naturales. En ellos se incluyen otros más específicos como el nivel profesional de la población, la edad, sexo, tradiciones, siendo estas necesidades dialécticas y dinámicas.

Considerando esto, se enfatiza que el contenido de las necesidades recreativas, en estrecha relación con el grado de desarrollo, biosicosocial de cada grupo de edad, es la base para elaborar un programa recreativo educativo y eficiente, cuya esencia siempre será la opcionalidad, al ser ejecutado por las personas solo de forma voluntaria y espontánea y no de forma compulsada y obligada.

Lo más importante dentro del programa recreativo es el participante que en este caso es el niño ya que en él debe estar centrada toda la atención.

La idea del diseño de esta programación es realizarla con los niños de la zona por lo que queda clara la propuesta del programa de actividades donde salen los instrumentos aplicados a partir de los gustos y preferencias y así poder ocupar el tiempo libre de forma adecuada de los niños dentro de la comunidad de forma sana.

Por lo que asume que una programación debe ser lo más abarcadora posible como para que aborde un campo de opciones para todos los niños de la zona ampliando los intereses de los mismo y orientándolos a experiencias positivas a través de los juegos que le permita desarrollar su cultura personal independencia y sentido del humor.

Podemos decir que el programa es el resultado de la programación y de él se derivan los proyectos de actividades.

1.6.1 -Enfoque básico del programa de actividades físico-recreativas para los niños en la ocupación del tiempo libre en la zona # 5.

Con las actividades seleccionadas teniendo en cuenta la anterior valoración y las condiciones objetivas de la infraestructura existente así mismo la elaboración de actividades físico –recreativas contenido en el (capítulo-2) los enfoques que da Aldo Pérez (2003) un programa de recreación debe contener esto para ser considerado equilibrado e integral no debiéndose emplear en un solo enfoque, sino la combinación de ellos.

Enfoques: 1- Tradicional.

2- Opinión y Deseo.

3- Actualidad.

4- Socio-Político.

5- Autoritario.

1.6.2- Características fundamentales que sustentan el programa

Actividad: 1-Variabilidad.

2-Equilibrio.

3-Flexibilidad.

4-Diversidad.

Las actividades que componen un programa deben tener muy claras las diferentes características de cada uno de los niños en su desarrollo endogenético. Deben ser proyectadas de tal forma que las habilidades que adquiera lo puedan acompañar en el transcurso de su vida para que pueda realizar todo tipo de actividad de forma sana y amena donde debe haber un equilibrio entre lo actual y lo futuro.

Nuestra aspiración es mejorar las actividades físico-recreativas del niño en la zona ocupándole su tiempo libre para que el mismo crezca sanamente se desarrolle, se prepare para la vida, conozca la importancia de realizar actividad física, los beneficios que le aporta la misma ya que el tiempo libre es el marco propicio para su desarrollo.

Según Aldo Pérez (2003) para el análisis de esta problemática son utilizados los estudios de presupuesto de tiempo, los cuales permiten obtener información acerca de la distribución temporal de las actividades cotidianas de la población y por tanto son, fuentes de valiosa información para el estudio vinculado con el tiempo libre.

Al respecto de este planteamiento se asume este estudio en nuestra investigación pues a partir de ella se valora la ocupación del tiempo libre teniendo en cuenta al elaborar la propuesta del programa de actividades físico-recreativas a partir de la guía de observación, entrevistas realizadas y encuestas respetando siempre el gusto, preferencia y teniendo en cuenta la edad de los niños.

Según el propio autor, la programación se divide en diferentes etapas que son de obligatorio tratamiento para realizar un proyecto recreativo en la comunidad.

1.6.3.-Etapa de diagnóstico:

Es la forma de investigación en que se dividen y explican los problemas, con el fin de comprenderlos. El cual está basado en el principio de “comprender para resolver”.

El diagnóstico es un proceso que va de los fenómenos a la esencia. Parte de hechos concretos en la realidad y paulatinamente se van relacionando con las situaciones más generales y estructura de la sociedad, el mismo se apoya en la teoría. Este proceso juega un papel importante los conocimientos teóricos sobre la realidad la teoría expresada en los libros nos da elementos para analizar e

interpretar informaciones para comprender el por que de los problemas y como se ubican dentro del contexto para buscarle solución.

1.6.4. -Etapa de determinación de objetivos

Los objetivos de un programa pueden definirse como los enunciados de los resultados esperados o como los propósitos que se desean alcanzar dentro de un periodo determinado a través de determinadas acciones articuladas (Ander-Eng (1992).

Al menos que los objetivo de un programa o proyecto estén muy claramente definidos no es posible programar una serie de actividades coherentes, estructuradas entre si por esta razón definir y enunciar claramente los objetivos y metas es la condición esencial y básica para la elaboración de programas y proyectos.

Planteábamos que para programar hay que enunciar bien los objetivos, sin embargo aun teniendo los objetivos formulados de una manera concreta e inequívoca pueden quedar en simples enunciados.

A partir de este análisis los objetivos son la expresión cualitativa de ciertos propósitos por lo que el objetivo así definido precisado en tiempo y lugar, con especificaciones es lo que se le denomina meta.

Según fuente: **Ander-Eng** (1994) Entre el objetivo general y las metas suelen darse objetivos específico, ahora, cada una de las metas deben estar asimiladas, articuladas al objetivo específico y cada uno de los objetivos específico, el objetivo general como mostramos gráficamente a continuación.

Podemos decir que esta etapa es determinante para llevar a cabo la programación puesto que querer hacer y como hacer no basta para proponer un objetivo sino hay que tener en cuenta con lograr el mismo y que se viable y aceptados por los grupos sociales donde se va a realizar la propuesta.

1.6.5- Aplicación del programa

El mimo implica preverlo de condiciones, espacios donde se desarrollen los programas y recursos necesarios para su ejecución donde se lleva a cabo el programa, esto se hace con un grupo de promotores, animadores y lideres y activista quien pone en practica su capacidad de organización y habilidades para animar y dirigir la actividad y los propio participantes, la aplicación exige gran

esfuerzo y dedicación por parte del grupo de recreación encargad del programa pudiendo llegar a ser lenta es una de las fase fundamental para el proceso de la programación la que implica la selección de los espacios o sitios donde se va realizar las actividades que constituyen el contenido del programa.

La oferta recreativa es el proceso de programación debe ser movilizativa aceptada, educativa y sobre todo muy creativa sobre la base de las demandas sociales.

1.6.6-Evaluación:

Debe buscar la participación activa, en el, de todos los responsables de las distintas áreas del programa, sin control es imposible el desarrollo el proceso y sin evaluación es imposible conocer la efectividad y el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Según **Momserrat Colomer** (citada por Cervantes 1992) La evaluación es un proceso crítico referido a acciones pasadas con la finalidad de contactar en término de aprobación los progresos alcanzados en los programas propuestos y hacer en consecuencia las modificaciones necesarias respecto a las actividades futuras. No se evalúa para justificarse ni para recibir una buena calificación profesional sino para conocer mejor el trabajo realizado, la realidad estructural para descubrir nuevas perspectivas de acción y profundizar en la problemática que nos ocupa y aprovechar al máximo los recursos disponibles

Podemos afirmar que la evaluación es la valorización y medición de las actividades realizadas para la ejecución de lo planificado con el fin de detectar las deficiencias y poder aplicar medidas y reajustes necesarios para la realización y disponer de nuevas alternativas a la ejecución de los programa, se quiere tener información necesaria proporcionada por el control y la evaluación ejercida en toda la etapa del proceso de programación.

1.6.7-Instrumentación del programa de actividades físico- recreativas.

La instrumentación implica prever las condiciones y el espacio donde se desarrollan las actividades físico-recreativas llevan recursos necesarios para su ejecución que es donde se lleva a cabo la programación.

Esto se hace por medio de un grupo de promotores, profesores, animadores, líderes o activista, que ponen en práctica su capacidad de organización y habilidades para animar dirigir actividades y los participantes; exige una gran dedicación y esfuerzo por parte del grupo de recreación pudiendo llegar hacer lenta, es una de las fases fundamentales para el proceso. Implica igualmente la selección de lo espacios o sitios donde se desarrollan las actividades que contienen el contenido.

1.7 -Comunidad:

El término de comunidad ha sido abordado por diferentes autores, en nuestro trabajo hemos consultado los que relacionaremos a continuación:

El siguiente autor nos define Comunidad de la siguiente forma “Cualquier círculo de gente que vive junta, que se relaciona entre sí, de modo que no participa en este ni en aquel interés particular, sino en todo una serie de intereses suficientemente amplios y completos para incluir sus propias vidas en una comunidad. (McLever 1944).

Augusto Comte (1942): para él, la reestructuración de la comunidad es una cuestión de urgencia moral. En su concepción acerca de la familia, la Iglesia, y la ciudad, aparece evidenciada su pasión por la comunidad moral en todos los niveles de la pirámide social. Rechaza con fuerza la perspectiva individualista, pues desde su enfoque, la sociedad es reductible solamente a elementos que comparten su esencia, a grupos y comunidades sociales.

De igual forma .F. Violich (1971): define la comunidad como un “grupo de personas que viven en un área geográfica específica y cuyos miembros comparten actividades e interese comunes, donde pueden o no cooperar formal e informalmente para la solución de problemas colectivos.

Según Salvador Gines (1995): define a las comunidades como formaciones sociales de carácter emocional, basadas en el sentimiento, en el seno de las cuales cada individuo considera al otro individuo como un fin en sí mismo, en ellas los individuos se conocen personalmente, participan mutuamente en sus vidas privadas. Los miembros de estas formaciones valoran su relación intrínsecamente, por sí mismos, por su propia valía.

María Teresa Caballero Riva Coba (1995) define comunidad como: El agrupamiento de personas concebido como unidad social cuyos miembros participan de algún rasgo común (intereses, objetivos, funciones) con sentido de pertenencia, situado en determinada área geográfica en la cual la pluralidad de personas interactúa intensamente entre sí e influye de forma activa o pasiva en la transformación material y espiritual de su entorno.

Comunidad – a juicio de Reinaldo Arteaga en su tesis 2000 – es un organismo social que ocupa determinado espacio físico, ambiental geográficamente determinado, donde ocurre un conjunto de acciones sociales, políticas y económicas que dan lugar a diferentes relaciones interpersonales, sobre la base de las necesidades de la mayoría.

Este sistema es portador de las tradiciones, costumbres y hábitos, que permiten la identidad propia, que se expresa en la identificación de interés y sentido de pertenencia que diferencia al grupo que integra dicho espacio de los restantes.

Una vez analizados los siguientes conceptos emitidos por los autores correspondientes, podemos asegurar que nuestra comunidad objeto de estudio reúne, coincidiendo con los elementos que nos da María Teresa Caballero Riva Coba y Reinaldo Arteaga.

Conclusiones del capítulo.1

Se estableció el marco teórico conceptual que sirve de base para este trabajo para ellos se abordaron diferentes definiciones sobre tiempo libre, actividad físico recreativa, el ocio, presupuesto de tiempo y comunidad que es donde esta enmarcado nuestro trabajo principalmente, también las características de los niños y otros aspectos permitiéndonos llegar a valoraciones conceptuales a partir del estudio.

Los fundamentos científicos metodológicos nos permitirán estructural el diseño de actividades recreativas para la ocupación del el tiempo libre se deben tener en cuenta principios, los cuales harán de estas opciones sean efectivas y garantizasen el desarrollo integral dentro de la comunidad.

Capítulo. 2

Análisis de los resultados de los instrumentos aplicados y presentación del programa de actividades físico-recreativas.

En este capítulo se realiza una caracterización breve de la comunidad y la muestra objeto de estudio, en la que se determina el presupuesto tiempo y el tiempo libre, a partir de cuyos datos se fundamenta y presenta la propuesta de programa de actividad físico recreativa para los niños(6 a 12) años zona # 5 consejo popular “Santa Lucía”.

2.1-Caracterización del consejo popular “Santa Lucía”

El contexto social objeto de investigación lo constituye la zona # 5 circunscripción # 12 del consejo popular “Santa Lucía” municipio Minas de Matahambre, en función de ocúpale el tiempo libre de los niños.

El Consejo Popular “Santa Lucía” fue creado en 1805 y se encuentra ubicado al norte de nuestro del municipio Minas de Matahambre, limitando al este con Puerto Esperanza, al oeste con Mantua.

Esta comunidad es urbana, con red de acueducto, está electrificado. Tiene una extensión territorial de 17,7 Kilómetros cuadrado, consta con una población de 3645 habitantes que representan 120 habitantes por kilómetro cuadrado. Además está constituido por esta comunidad es urbana, con red de acueducto, está electrificado. Además está constituido por un delegado, una presidenta, 20 circunscripciones, 17 zonas de los CDR, 57 que agrupan a 2885 cederistas, 17 bloques de la FMC, delegaciones 125 que agrupan 3026 federadas que representan el 89% de las femeninas mayores de 14 años. La población adulta está compuesta por un 551% de mujeres y el 589% de hombres, tiene 27 núcleos de asociación a combatientes con 218 combatientes, 24 núcleos zonales con 231 militantes del PCC. Las organizaciones políticas dentro de la comunidad tienen como función principal la preparación política e ideológica de las nuevas generaciones, contribuir al trabajo preventivo compensatorio y la formación de cualidades positivas en la personalidad de los grupos vulnerables.

Contamos como una fuerza técnica de 7 profesores de Recreación, 21 de Deportes, 18 de Cultura Física, integrales 2 y activistas 95, donde contamos con 1 estadio de béisbol y un área de fútbol, para el desarrollo de las actividades el combinado cuenta con un módulo recreativo el cual posee 3 juegos de dominó, 5

juegos de damas, 2 mesa para los juegos pasivos, 10 juegos de ajedrez, 1 net de voleibol, 3 balones de baloncesto, 3 de fútbol y 2 de voleibol, contamos en la circunscripción con una población de 715 habitantes, la cual está caracterizada por ser heterogénea con conflictos hogareños fuerte tendencia a ingerir bebidas alcohólicas y realizar juegos ilícitos donde en la misma se han realizado actividades para resolver en gran medida la problemática de la zona.

2.2- Características y estructura del grupo de niños motivo de investigación.

La muestra escogida corresponde a 28 niños de la zona #5 circunscripción # 12 del consejo popular "Santa Lucía", los cuales oscilan entre las edades de 6 a 12 años (12 del sexo femenino y 16 del masculino), predominando la raza negra; su desarrollo físico está en correspondencia con la edad, así como su estado de salud y su higiene personal, de ellos 1 es de padre divorciado, 3 con conductas morales inadecuadas, 2 de padres alcohólicos y 1 con situación económica.

Además los niños asisten a la escuela, se encuentran cursando desde el primer grado a sexto su procedencia de padres obreros y campesinos, los niños son dinámicos, alegres, bien relacionados entre ellos, cariñosos y muy activos les gusta jugar compartir en grupo, no les gustan los juegos pasivos, se motivan con facilidad, son laboriosos y dispuestos a participar en todas las actividades que se convoque, aprenden con facilidad y son organizados respetando todas las decisiones.

2.2.1 Necesidades para resolver situaciones que se presenten.

- Creación de Centros Recreativos espaciosos.
- Mejorar el alumbrado.
- Mejorar las calles.
- Desarrollar mayor número de actividades físico-recreativas.

2.3. Métodos y procedimientos que sustentan la propuesta.

Una vez confeccionados los diferentes grupos, se utilizaron diferentes técnicas participativas para conocer opiniones de los niños sobre las diferentes actividades que les gustaría realizar, como por ejemplo: la lluvia de ideas, donde el profesor a

partir de de la exposición de actividades recreativas a realizar, anotaba las sugeridas por los participantes, teniéndose en cuenta al confeccionar los diferentes juegos a programar. Además se utilizó el grupo de discusión donde el profesor introducía el tema, actuando como facilitador, pero sin interferir ningún planteamiento.

Para controlar la rivalidad entre los grupos de participantes, ya que todos no pertenecían al mismo CDR, se incluyó la compatibilidad psicológica. Con la aplicación de estos modelos pudimos confeccionar cuatro grupos de trabajo, logrando la mayor afinidad entre sus participantes.

Las relaciones sociales de los niños, están dadas por la educación brindada por sus padres y la escuela, existe tendencia al colectivismo, también se observan algunos que hacen su vida completamente aislada motivado esto por el modo de educación.

Se le hizo referencia a los integrantes del grupo de las diferentes actividades físico recreativa que se realizaran, se escuchó y valoró sus criterios en los reajustes que deben hacer para que se organicen mentalmente la distribución del tiempo libre y su estrategia para el cumplimiento de cada tarea.

Con los datos obtenidos se pudieron confeccionar actividades sencillas, de fácil comprensión, incluso con los niños de menor capacidad de asimilación y bajos resultados académicos.

En general, estaban encaminadas a: actuar según la actividad a realizar, lograr el nivel óptimo de excitación, el control de su conducta y su equilibrio emocional, la correcta utilización de su energía positiva y negativa, la concentración de la atención en determinadas actividades, sacrificarse para obtener resultados satisfactorios. Todo ello a partir del reconocimiento, de la importancia que tiene la actividad físico recreativas en la ocupación del tiempo libre.

2.4- Resultados de la observación.

En la tabla # 1 aparecen los resultados de la observación realizada.

Después de realizar un recorrido por la zona # 5 circunscripción # 12 en el mes de marzo del 2010 con el equipo de trabajo con el objetivo de conocer en que estado se encontraba la zona para el desarrollo de actividades físico-recreativas para el disfrute de los niños en su tiempo libre pódenos decir que no existen áreas disponibles, cuenta con un áreas espaciosa donde se puede realizar actividades físico-recreativas y realizar allí un área rustica, no posee áreas deportivas

disponibles dentro de la zona para el disfrut  del tiempo libre de los niños siendo esta una de las problemáticas ya que las que existen pertenecen a otro consejo popular durante la observación se comprueba la existencia de áreas, donde las condiciones no son las favorables para la realización de las misma, siendo evaluados estos dos aspecto de mal, en cuanto a los activista y promotores no cuenta siendo esto una agravante dentro de la zona, donde los niños no tienen el disfrute y el gozo de actividades dirigidas por especialista de forma sistemática, por la lejanía del lugar y al no contar con un promotor dentro de la comunidad, solo va un técnico dos veces al mes lo que no resuelve el problema. Pregunta #5 durante la observación a la zona se pudo observar las actividades fundamentales que realizaban los niños en el tiempo libre montar bicicletas, cazar pájaros, montar carriolas, pescar en la presa las cuales atentan con el futuro desarrollo del niño al no contar con programas recreativos de su interés dentro de la zona siendo esto otra problemática dentro de la zona a resolver.

Tabla.No.1

No.	Actividades	B	%	R	%	M	%	SI	NO
1	áreas deportivas disponibles					x			x
2	Condiciones de las áreas					x			x
3	Promotores o Activistas					x			x
4	Terreno posible a utilizar			x				1	
5	Actividades Fundamentales								

2.5-Resultados de la entrevista.

La entrevista fue realizada a 12 informantes claves de la zona # 5 circunscripción #12 con vista a mejorar las actividades que realizan los niños de la comunidad en el tiempo libre.

Tabla.No.2

Entrevistados	Preguntas	Si	%	No	%	AV	%
12	1			10	83	2	16
	2			11	91	1	8.3
	3			12	100		
	4			12	100		
	5			9	75	3	25
	6	1	83	3	25	7	58
	7			12	100		
	8			12	100		

Pregunta.1- Satisfecho con las actividades que realizan los niños fuera del horario escolar.

Los resultados reflejan los siguientes datos demostrando que los entrevistados no están satisfechos con las actividades que se le realizan a los niños de 12 entrevistado 10 respondieron No para un 83% y solo 2 respondieron que a veces para un 16 % lo que demuestra que existe un problema dentro de la comunidad en cuanto a la realización de las actividades que realizan los niños después del horario escolar conociendo la importancia que se le atribuye a las actividades físico-recreativas para el niño en su tiempo libre por lo que sabemos donde dirigir el trabajo.

Pregunta.2-Se realizan actividades sistemáticas.

Como podemos observar en la tabla 2 que no se realizan actividades sistemáticas siendo esta otra problemática que afecta e influye negativamente en el desarrollo del niño dentro de la comunidad y las relaciones interpersonales, como también en la promoción de la salud, las entrevista arrojaron los siguientes resultados respondieron 11 que no se realizaban actividades sistemática para un 91% y 1 respondió que a veces para un 8,3%

Pregunta.3- Existe variabilidad en las actividades que realizan los niños.

Como podemos apreciar los resultados de la entrevista en la tabla.No.2. no existe variabilidad de las actividades por parte del combinado deportivo según la entrevista que se realizó la cual se comporto de la siguiente forma respondieron No. 12 entrevistado para un 100% de los entrevistado donde se refleja otra problemática que afecta a los niños y habitantes de la comunidad.

Pregunta. 4-Posee la zona áreas idóneas para realizar actividades.

La zona no posee áreas idóneas para la realización de las actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los niños de la comunidad convirtiéndose este aspecto en otra problemática que puede acarrear grandes dificultades en la formación y educación de los niños y preocupación de los padres por sus hijos la entrevista arrojó de los 12 entrevistados respondieron que no para un 100% donde todos coinciden.

Pregunta. 5 -Los Niños les gustan realizar actividades por si solo

Los resultados de la entrevista arrojó los siguientes resultados que le mostramos a continuación en tabla.No.2 los niños no les gustan realizar actividades por si solo convirtiéndose esta en otra problemática de la comunidad que influye

negativamente en el niño ya el niño siente la necesidad de jugar con otros niños, intercambiar ideas, expresar sentimientos, donde 9 entrevistado respondieron no para un 75% y respondieron A veces 3 para un 25%.

Pregunta. 6-La zona es atendida por el combinado deportivo.

Los resultados de la entrevista reflejados en la tabla.2 expresan que el combinado deportivo realiza a veces actividades en la zona de ellos 7 respondieron para un 78%, 3 respondieron no para el 25% y 1 respondió que si para un 8,35% demostrando una vez más las dificultad que presenta la zona en el desarrollo de las actividades.

Pregunta. 7- Los niños van a otra zona a dentro de la circunscripción atendida por otro profesor.

Según los resultados de la tabla.No.2. Los niños no van a realizar actividades atendidas por otro profesor siendo otra dificultad detectada en la zona ya las cuadras están muy distantes y hay peligro para los niños trasladarse a otras zonas como la presa que existe en dicho lugar. Entrevistados 12 respondieron no para un 100%

Pregunta.8-Que actividad realizan los niños de la comunidad fuera del horario de clase.

Sobre las actividades que realizan los niños coinciden el 100% que a los más pequeños los padres no les permiten salir, teniendo en cuenta los peligros del área donde habitan, lo que generalmente realizan son actividades riesgosas en la calle lo que corrobora la observación realizada al respecto la cual se observa en la tabla.No.2

2.6- Resultado de la encuesta a los niños

Los resultados observados en la tabla.No.3 reflejan la siguiente información que predomina más el sexo masculino que el femenino total de niños 28, femeninos 12 para un 42,8%, masculino 16 para un 57,1% prevaleciendo en la zona más masculino que femenino distribuidos por grados de primero a sexto, predominando más los niños de primer grado con 7 niños para un 25 %, le sigue cuarto grado con 6 niños para un 20%, después segundo grado con 5 niño para un 17%, tercero y quinto grado con 4 niños para un14% y por ultimo sexto grado con 2 niños para un 7,1%

Pregunta.2- De ellos solo viven con padres divorciados 1 para un 3,5% los restantes viven con sus padres 27 para un 96%.

Tabla.No. 3

Total Niño					Grados					
	F	%	M	%	1	2	3	4	5	6
28	12	42,8	16	57,1	7	5	4	6	4	2

Tabla.No 3.1

Encuestados	Preguntas	Si	%	No	%	AV	%
28	3	28	100				
	4	No tienen preferencias por actividades recreativas					
	5	2	7,14	25	89	1	3,5
	6	No los dejan salir de la zona a realizar actividades. 100%					
	7	Si realizan actividad por si solo en la cuadra con sus amigos y amigas.100%					

Pregunta.3- te gusta realizar actividades con tus amigos y amigas.

A todos posniveles guata realizar actividades con sus amigos después del horario escolar, lo que representa el 100%.

Pregunta. 4- Se le ofertan una serie de actividades para que señalen las que prefieren por ellos, señalan indistintamente todas, lo que se concluye que ellos no poseen preferencia por una actividad determinada, lo que desean es realizar cualquier actividad mientras que sean sus compañeros y amigos de la cuadra los que quieren jugar.

1- Futbolito __x__

6- Parchí __x__

2- Voleibol __x__

7- Damas __x__

3- Béisbol __x__

8- Ajedrez __x__

4- Juegos de canto __x

9- Programa A jugar __x__

5-Bailes __x

Pregunta. 5-Del grupo muestreado 2 plantean que si se desplazan a otros lugares para hacer actividades lo que representa el 7,14% mientras que otros 25 niños no se desplazan que representa el 89 % un solo niño a veces que representa el 3,5 %.

Pregunta. 6- Esto respondió a que los padres de los más pequeños no les permite alejarse de cuadra, al preguntarles porque no van lejos de la cuadra a realizar juegos, plantean que no los dejan y otros no tienen quien los lleve.

Pregunta. 7-Al preguntar sobre las actividades que realizan por las tarde el 100% señala que van con amigos y amigas a jugar en la cuadra como actividad fundamental aunque en otros momentos les gusta ver televisión.

Otros resultados de la encuesta Tabla3.2

Encuestados	Preguntas	Si	%	No	%	AV	%
28	3	28	100				
	4	No tienen preferencias por actividades recreativas					
	5	2	7,14	25	89	1	3,5
	6	No los dejan salir de la zona a realizar actividades. 100%					
	7	Si realizan actividad por si solo en la cuadra con sus amigos y amigas.100%					

2.7-Resultados Auto registro presupuesto de tiempo libre.

El estudio del presupuesto de tiempo realizado a la muestra seleccionada arrojó en primer lugar la distribución del tiempo para determinar el tiempo libre de los niños de la zona #5 circunscripción # 12 donde se le aplico el auto registro de actividades tabla.No. 4- El cual nos dio los siguientes resultados que le mostramos en la tabla donde aparece la distribución del presupuesto de tiempo de la muestra seleccionada.

Tabla No.4- Distribución del Presupuesto de Tiempo (días entre semana) de la muestra estudiada. (Según resultados del Auto registro de Actividades).

Tabla. No. 4

MUESTRA	ACTIVIDADES PRINCIPALES	TIEMPO PROMEDIO
28	Estudio	6:53
	Transportación	1:05
	Necesidades Biofisiológicas	9:42
	Tareas Domésticas	0:0
	Actividades de Compromiso Social	0:0
	Tiempo Libre	6:55

El estudio de presupuesto de tiempo libre en los niños de la zona # 5 al realizar el análisis sobre el auto registro de actividades a los 28 niños motivo de la investigación arrojo que la distribución del tiempo de ellos se concentra en tres actividades fundamentales, principalmente las necesidades biofisiologica (9 horas y 42 minutos, como promedio).

El estudio (6 hora y 53 minutos) y la transportación (1hora y 5 minutos) siendo este último considerablemente pequeño en comparación con los primeros, comprensible teniendo en cuenta las particularidades de esta edad y que la actividad fundamental es el estudio, la realización en centros docentes se encuentran distantes para algunos niños a su lugar de residencia por tanto, el tiempo restante se traduce en una magnitud promedio de tiempo libre (6 hora y 55 minuto) la cual resulta considerable porque veremos a continuación la distribución del presupuesto de tiempo.

Tabla No. 4.1- Principales actividades realizadas en el Tiempo Libre (según resultados del auto registro de actividades).

MUESTRA	ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE	TIEMPO PROMEDIO
28	Ver Televisión	2:00
	Juegos Variados	2:05
	Tareas de la Escuela	0:46
	Conversar	0:42
	Ir al Parque	0.19
	Oír Música.	0:41
	TOTAL.	6:55

Valorando las actividades de los niños que realizan como promedio en las 6 hora con 55 minutos de tiempo libre de acuerdo a lo que se refleja en la tabla, se observa un buen número de ellas, sin embargo, en casi su totalidad constituyen actividades de realización individual, entre ellas resaltan juegos variados con 2 hora y 5 minutos, le sigue ver televisión con 2 hora y 46 minutos de la escuela con 46 minutos

2.8- Análisis de la aplicación de las técnicas de intervención comunitaria.

El Forum comunitario: Se realizó una asamblea abierta con todos los miembros de la comunidad que deseaban participar sin distinguir sexo ni edad en esta reunión se realizó un debate sobre las necesidades de la práctica o realización de las actividades físico-recreativas de la zona #5 circunscripción # 12 del consejo popular "Santa Lucía" sobre todo para la muestra investigada (los niños de 6 a 12 años, la objetividad de esta asamblea se cumplió porque se logró sensibilizar a la población, a través del debate abierto sobre las necesidades que tienen la ejecución de estas actividades para los niños, a través de esta se crearon grupos de trabajo que accionaron conjuntamente con los entes de la zona en el apoyo a la investigación y planteamientos de las actividades más asequibles y de la preferencia de los niños.

En la medida que se argumentó en los debates, aparecían nuevas vías y opiniones que ayudaron a la creación de las nuevas opciones, en esta técnica no se desechó ninguna valoración o exposición, sino que todas contribuyeron a la organización y al accionar de nuevos grupos de trabajo.

Otra de las técnicas participativas utilizadas en esta investigación fue la de Informantes claves considerándose a personas que conocen la situación de la comunidad en este aspecto, además del problema objeto de estudio, constituidos por: los dirigentes de organizaciones populares (CDR ;FMC; PCC y delegados de circunscripción y Poder Popular).

Estos informantes ejercieron su función en la búsqueda de información con otras personas, referente a datos valiosos, ayudando a irradiar en la comunidad vías y formas para hacer llegar la información de los horarios de realización de estas actividades. Todas estas personas tienen las mejores relaciones y conocen la vía para llegar a todos los sectores y personas de la comunidad.

Además, su utilización facilitó la convocatoria de expertos profesionales y líderes populares que aportaron con sus conocimientos gran cantidad de información y orientación, tanto en la investigación como en la posterior aplicación de las actividades físico-recreativas para los niños.

Los instrumentos aplicados comprueban que no se buscan alternativas para ocupar de manera eficiente el tiempo libre de los niños, una de ellas podemos encontrarlas en la recreación, vía eficiente para propiciar la formación de valores en nuestra sociedad.

2.9-Actividades físico-recreativas para los niños de 6 a 12 años de la zona # 5 del consejo popular “Santa Lucía”.

Fundamentación de las actividades.

Teniendo en cuenta los resultados del diagnóstico previo efectuado a la comunidad objeto de estudio y después de realizar un estudio detallado de los fundamentos teóricos sobre el objeto de la investigación. Se elaboró un programa de actividades físico-recreativas destinada a los niños de 6 a 12 años de la zona # 5 circunscripción # 12 del consejo popular “Santa Lucía” para la que se tuvo en cuenta sus intereses y necesidades, así como las áreas o espacios disponibles (por no contar con instalaciones deportivas idóneas) para la realización de las mismas.

Estas actividades poseen las características de haber sido adaptadas a las condiciones reales de la zona en relación con las áreas seleccionadas para su desarrollo las que son por su dimensión y diseño las más adecuadas para la realización de la misma, pero al efecto estudio, la selección de las actividades y la puesta en práctica demostró que la adaptación así como la inclusión de actividades no siempre realizadas pero del interés de los niños pueden ser de gran aceptación entre los miembros de la comunidad.

En las actividades físico-recreativas seleccionadas se emplean juegos adaptados y vinculados a las distintas áreas del conocimiento, con el objetivo de ampliar el tiempo libre de forma sana y además que contribuya a elevar los conocimientos del niño, incrementando el interés a través del juego por actividades recreativas e intelectuales contribuyendo debidamente a la formación, colectivismo, gusto, preferencias ética, conocimiento y la cultura general integral a la que aspira la sociedad.

Las actividades físico-recreativas se realizan de forma hábil, ligera, rápida y perspicaz con la finalidad de cumplir funciones sean sociales, intelectuales y motrices, vinculadas al aprendizaje y desarrollo intelectual.

Al confeccionar las actividades. Se tuvieron en cuenta diferentes factores, lo que garantizaran en la misma los procesos de intrusión, formación y desarrollo para el cual se acepta lo planteado por **Pablo Roberto Santo** y **Lourdes Rodrigues** en el texto Pedagogía Selección de letras (2008), de **Maritza Rodrigues** y otros.

Social: Si tiene en cuenta al seleccionar las actividades los gustos preferencia, intereses y necesidades de los niños a quien va dirigida así como las condiciones reales de la comunidad objeto de estudio.

Psicológico: Para selecciona las actividades que se tienen en cuenta las características de los niños que son los que ejecutaran, nivel de conocimientos específicamente en las tarjetas didácticas donde se confeccionan preguntas teniendo en cuenta los conocimientos procedentes de los niños ya que unos cursan el primer grado mientras otros el sexto.

Pedagógico: Al crear las condiciones para cada una de las actividades al desarrollar con el niño que se cumpla el objetivo propuesto y que los medios que necesiten se encuentren confeccionados y dispuestos para su realización.

Para la realización de las actividades se tuvo en cuenta los principios planteados por **Aldo Pérez Sánchez** (2003).

Tienen lugar, dentro del tiempo libre de las personas todas las actividades a realizar de lunes a viernes en el horario de 5 a 7 PM ocupando dos horas disponibles dentro del tiempo libre diario destinado al juego”.

Es una forma de actividad libre, realizada voluntariamente de forma opcional, sin ninguna compulsión, las actividades fueron seleccionadas teniendo en cuenta los intereses, gusto y necesidades de los niños a quien va dirigidas y teniendo en cuenta las diferentes edades se seleccionan las actividades diariamente de forma variada donde puedan de una forma u otra participar todos los niños.

Debe cumplir función Educativa y Auto educadora a la vez que su practica coayuda al trabajo y a la vida social, se pone de manifiesto en los juegos seleccionados para la actividad la que tiene en su totalidad carácter educativo y en forma en que se organizan las actividades, donde los niños evaluarán a sus compañeros y responderán preguntas que se seleccionan de acuerdo a su edad y

nivel escolar, las exigencias en el cumplimiento de las reglas establecidas, la organización y disciplina formando valores, actitudes adecuadas para nuestra sociedad.

Debe estar al alcance de todos independientemente de la edad, sexo, talento y capacidad, se pone de manifiesto en las actividades ya que los niños seleccionados poseen 6 a 12 años lo que trae consigo que su nivel escolar abarque de primer grado a sexto que en los juegos intervengan tanto niños como niñas siendo lo más importante que las actividades pueden ser realizadas por todos sin tener en cuenta lo señalado anteriormente.

Las actividades físico-recreativas contienen:

Nombre.

Objetivo.

Materiales a utilizar.

Desarrollo.

Reglas.

2.10-Orientaciones para la aplicación.

Siempre que se realicen actividades con los niños se tiene que preparar previamente orientándoles y creando un horario fijo para la realización de las actividades. El profesor o promotor encargado del desarrollo de las actividades debe preparar el área y los medios para el desarrollo de los juegos, con tiempo de antelación, se recomienda involucrar a los niños en la confección de medios para las actividades a desarrollar, lo que los hace sentirse más responsable y más motivado al observar que parte de la planificación de la actividad en la que van a participar.

Deben seleccionar jefe de grupo, las actividades se desarrolla en forma de juego competitivos, estimulando a los niños con mayor participación y asistencia a la actividad, las preguntas se realizaron en los juegos, varían constantemente dejando las que representaron dificultad en las respuesta y confeccionando otras dirigidas a diferentes esferas y materia.

A continuación se presenta el programa de actividades físico-recreativas para el trabajo en la comunidad con los niños de 6 a 12 años asociado al contexto local del área objeto de estudio pero por su contenido y estructura proporciona a los

profesionales de la recreación de sus experiencias a realizar adecuaciones que favorezcan la creatividad de los profesores deportivos.

Conclusiones:

Podemos decir que en la zona# 5 circunscripción # 12 del consejo popular de Santa Lucia municipio Minas de Matahambre se pudo constatar que existen dificultades en la realización de actividades recreativas para el disfrute de los niños de 6 a 12 años.

Los estudios realizados muestran la necesidad de buscar alternativas a partir de las realidades de la comunidad que promueve la participación activa de los niños a partir de sus necesidades gusto y preferencias haciendo su vida más sana y placentera.

2.11- Propuesta del programa de actividades físico-recreativas para los niños de 6 a 12 de la zona# 5 circunscripción #12 del consejo popular “Santa Lucía” municipio Minas de Matahambre.

En las condiciones actuales y en el momento histórico que estamos viviendo la recreación ocupa un peldaño importante dentro de la sociedad debidos a los cambios existente y la necesidad de ocupar el tiempo a la población en este caso me refiero a los niños partiendo del desarrollo de hábitos positivos del disfrute de la base sobre la cooperación, respeto, solidaridad, responsabilidad lealtad, disciplina, colectivismo, como también sentido de pertenencia reflejando en cada una de las actividades el carácter social propiciando un estado de motivación favorable y un ambiente deseado poniendo en función la creación de la cultura comunitaria.

Por lo que el programa de recreación a nivel Nacional, Provincial el proyecto comunitario deben tributar a la satisfacción recreativa de los habitantes de la comunidad, en correspondencia con los gusto y preferencia para mejorar la calidad de vida.

La propuesta tiene la intención de mejorar las actividades en la zona a través de actividades físico-recreativas de carácter sano donde el niño disfruten de las oferta del programa diariamente partiendo de los gusto y preferencias no se excluye ningún sexo ni color de piel por lo contrario se busca la unidad y la mayor participación e incorporación a las actividades que se programen, este cuenta con un coordinador general, coordinador operativo, comité de logística, comité de divulgación promoción, comité gestor de actividades; encargados todos del desarrollo de actividades.

El programa esta diseñados para niños de 6 a 12 años cumple una función cultural histórico, ecológica social, cognoscitiva y formativa que se manifiesta en habilidades y valores que le sirven de base a los niños en su comportamiento dentro de la sociedad.

Los objetivos han sido formulados, teniendo en cuenta las cualidades de la personalidad que se quiere contribuir a formar en los niños, desde la ocupación de su tiempo libre, reflejando sentimientos y permitiéndole un conocimiento amplio en el desarrollo de su personalidad, que posibilitan el cumplimiento de las

acciones que se necesitan para llevar a cabo su recreación, de acuerdo a la postura recreativa que pueden asumir.

2.11.1-Propuesta de actividades físico-recreativas para niños de 6 a 12 años zona #5.

Una vez analizados los resultados del diagnóstico se pudo confeccionar el Programa de actividades físico-recreativas a ofertar a los niños (6- 12 años) de la comunidad “Santa Lucía”, del municipio Minas de Matahambre. El mismo ha sido elaborado partiendo, en primer lugar, de los gustos y preferencias recreativas de estos niños y sobre la base de la flexibilidad, variedad y equilibrio de las actividades, retomando los enfoques referidos por Aldo Pérez (2003), para las Programaciones Recreativas.

Este proyecto de programación que se plantea propicia el desarrollo socio cultural y educativo, promueve el auto desarrollo de la zona y comunidad dando pasos positivos mancomunados con la aflicción del programa de actividades físico-recreativas que todas tienen el fin de de lograr la unidad, carácter respecto, amistad, afecto y la cooperación.

El mismo esta esturado en el empeño de mejorar las actividades en la zona para que el niño se sienta feliz, halla alegría en la zona, se relacione el niño con el medio ambiente a traves de las actividades físico-recreativas y aprenda a cuidar y amar a la naturaleza.

Nombre del programa: Soy feliz.

Objetivo General:

Ocupar el tiempo libre a través de actividades que contribuyan a mejorar al desarrollo psicológico, al fortalecimiento el del colectivo así como el compañerismo entre participantes.

Objetivos Específicos

1-Lograr una explotación óptima de los recursos, áreas e instalaciones de la comunidad.

2-Propiciar una mayor incorporación de los niños de la zona #5 a la práctica de las actividades físico-recreativas en la ocupación del tiempo libre.

3-Dar respuesta a las potencialidades recreativas del territorio, con un diseño propio, incrementando las opciones, y servicios educativos de la recreación, con actividades destinadas a la sana ocupación del tiempo libre y la formación de la cultura recreativa de los niños.

4-Diversificar la práctica de las actividades de tiempo libre en relación a las manifestaciones de la recreación física y las posturas que asumen los niños en cada una de las zonas del consejo popular.

2.11.2-Indicaciones metodologicas para la aplicación del programa de actividades físico-recreativas en los niños.

Para la puesta en práctica de esta programación de actividades físico-recreativas se hace necesaria una adecuada coordinación y apoyo de la dirección e instituciones de la circunscripción y del consejo popular, al coordinar las actividades que se van a desarrollar en cada caso (tipo de actividades, fechas, horas, lugar), se realiza la divulgación de las mismas, para esta se utilizaran varias vías como son: murales, carteles informativos, cartelera promocional, Información directa a través de las diferentes circunscripciones, todas ellas promovidas por todos los factores. Todas estas actividades tienen el fin de lograr la unidad de criterio respecto a la amistad, el afecto, la sociedad.

Con el programa de actividades físico-recreativas se pretende modificar el rol de cada uno de los miembros del grupo, dinamizando el sentido de coordinación y dirección del grupo, en esta tiene gran influencia el papel de los lideres que se encuentran en el grupo, ya que son los más seguidos, sobre todo los positivos, como organizadores de la actividad exitosa del grupo, no se debe perder de vista los lideres negativos que pueden frenar el desarrollo y el buen funcionamiento del grupo, realizándose con estos un trabajo diferenciado y coordinados con los organismos competentes de la circunscripción.

2.11.3 Programa de actividades físico-recreativas.

No.	Actividad	Lugar	Hora	Frecuencia
1	Maratón Popular.	Comunidad.	5-7pm	semanal
2	Encuentros de juegos pre - deportivos	Comunidad.	5-7pm	Semanal
3	-Festivales deportivos recreativos	Comunidad.	5-7pm	mensual
4	Actividades de juegos tradicionales variados recreativos	Comunidad.	5-7pm	Semanal
5	Actividades culturales recreativas	Comunidad.	5-7pm	Semanal
6	Programa a jugar	Comunidad.	5-7 pm	semanal

Descripción de las actividades.

Actividad. No.1 Maratones populares.

Objetivo: Incorporación masiva de la población.

Desarrollo de la actividad: Se puede realizar corriendo o caminado

Reglas: No deben salirse de los límites señalados, siempre llegar a la meta.

Actividad No.2. Encuentros de juegos pre- deportivos.

Objetivo: Mayor participación en estas actividades.

Desarrollo de la actividad: Debe de establecerse parámetros dentro de la actividad, lo que implica la puesta en práctica de algunos elementos del reglamento deportivo de cada deporte combinando con la forma recreativa, se seleccionan los equipos de acuerdo a las características de la zona siempre representado por un director.

Propuestas de juegos pre – deportivos a utilizar.

Balón: rebote

Objetivo: Trabajar los lanzamientos.

Materiales: Pelotas de voleibol.

Desarrollo de la actividad: Se trata de lanzar el Balón con el puño al campo del rival, pasándolo por encima de la cuerda, rebotando primero en el campo propio, se puede golpear el balón desde cualquier lugar del área de cada equipo pueden ser dúos, tríos, cuartetos hasta 6 por afinidad.

Reglas:- No se puede dar 2 golpes el mismo jugador.

-No se debe golpear más de tres veces en el mismo campo.

- No se puede golpear por debajo de la cintura.

-Es fao si el balón se sale de los límites marcados.

-Se jugaran tres tiempos de 15 tantos.

Pelota en el aire:

Objetivo: trabajar la fuerza de bazo.

Materiales: Pelotas según participantes

Desarrollo de la actividad: Dos o tres círculos según los participantes con una pelota dentro de cada uno de ellos .A la señal del profesor se pasan la pelotas semejante al pase de voleibol de un lugar a otro del circulo los alumnos a medida es pasada cantan el numero del pase que realizan y al silbato de parada del profesor el circulo que menores falta haya hecho será el ganador.

Reglas:

-El numero no puede ser cantado si la pelota no esta en el aire.

-No se podrá llamar un mismo numero 2 veces seguidos.

-El alumno que no llegue a la pelota de aire perderá un punto.

-Si se diera un manotazo o palmada por abajo se perderá un punto.

Actividad No. 3: Festivales deportivos recreativos

Objetivo: Ejecutar de manera simultánea un grupo de actividades según el gusto y preferencia, estas van dirigidos a lograr mayor participación de la población tanta activa como pasiva.

Desarrollo de la actividad: Debe de establecer de manera clara las formas de participación, así como las actividades a realizar, sistema de puntuación, materiales a utilizar, la organización general, premiación según el resultado y

clausura del mismo, se debe de confeccionar un guión de acuerdo a lo que va a suceder en la actividad.

Juegos propuestos:

1-Fútbol contra el círculo:

Objetivo: Crear habilidades de manos y piernas.

Materiales: Balón de fútbol.

Desarrollo de la actividad: Los jugadores se toman de la mano y forman un círculo de mayor amplitud posible, un jugador designado se coloca con el balón en el centro, es el goleador.

Desarrollo: El goleador trata de lanzar el balón fuera del círculo con el pie, de modo que pase entre los jugadores por cualquier sitio debajo de la cadena que forman estos, los del círculo trataran de rechazarla con los pies nunca con las manos.

Reglas:

-No se podrá lanzar el balón fuera del círculo.

-No se puede lanzar el balón con las manos.

2-Quimbol.

Objetivo: Desarrollar habilidades.

Materiales: Un balón de fútbol o pelota mediana o grande.

Desarrollo: Se forman dos equipos de ambos sexos, se marca un terreno de béisbol y se ubican igual que en el juego de béisbol, a la orden del profesor el lanzador envía rodando el balón hasta el home, el que esta al bate golpeará con el pie y tratará de llegar a primera, en dependencia a donde llegue la pelota ocupará las bases en, hit, dobles, triples o Jonrón los out se producen como en el béisbol.

Reglas:

-Los tiros a las bases serán con las manos.

Cuando el equipo a la defensiva logra hacer 3 out pasa a la ofensiva.

-Gana el equipo que mas carrera acumule al finalizar el juego.

-No se admiten robos de base.

3-Trasladando la pelota:

Materiales: Una pelota de aire.

Objetivo: Trabajar la coordinación.

Tipo de juego: De coordinación.

Participan: Ambos sexos.

Desarrollo: A la señal la primera pareja sale tomados de la mano, sosteniendo la pelota con la presión que ejerce con la cabeza por ambos lados se trasladan hasta el final donde espera la otra pareja y así sucesivamente.

4-Cambio de obstáculos:

Objetivo: Desarrollar la rapidez

Materiales: Pueden ser varios obstáculos ejemplo, banderitas bolos, pelotas animales de juguetes etc.

Tipo: De relevo.

Desarrollo: Se forman dos equipos en hileras con los obstáculos en el frente a una distancia. A la señal del profesor salen los jugadores con el obstáculo que tienen en el círculo frente a cada equipo a cambiarlo por el que está colocado en el círculo al frene y vira con el obstáculo cambiado a colocarlo en el círculo frente al equipo y sale el próximo jugador cuando se haya hecho el cambio hasta llegar al último, gana el equipo que llegue primero.

Reglas:

-No puede salir el próximo jugador hasta que no se haya hecho el cambio de obstáculo.

-Si se cae el objeto debe virar a buscarlo.

-Deben pasar todos los jugadores.

.Actividad No4: Actividad de juegos tradicionales variados recreativos

Objetivo: Que el niño se sienta protagonista de actividad y ponga en práctica las formas educativas de colectivismo camaradería y sus habilidades motrices.

Desarrollo de la actividad: Demostrar las habilidades y capacidades y poder de reacción alcanzadas teniendo implícito la participación de diferentes edades y sexo.

Juegos propuestos:

- Quiquimbol.
- Carrera en saco.
- El canguro saltador.
- El pon.
- Carreras en zig -zag.
- Tesoros Escondidos.
- La viola.
- Saltos con suizas.
- Matandile.
- Juegos de yakis.
- Chinatas al hoyo.
- El tocado.
- Hula hula.

Actividad No. # 5: Actividades culturales y recreativas

Objetivo: Incorporar de forma masiva a la población en el disfrute sano de las actividades., se logra una combinación del arte con el deporte.

Desarrollo de la actividad: Se pueden realizar de manera espontánea, no existiendo límites de edad ni sexo.

Reglas: El participante tiene que concentrarse en la tarea que va desarrollar.

No se aceptan acciones agresivas.

Actividad No.7: Festival de objetos volantes.

Objetivo: Los participantes mostraran que son capaces de confeccionar sus propios objetos. Según la confección de este se seleccionara al más bonito, el más original, el más exótico y según el vuelo será seleccionado el que más alto

vuele y más peripecias logre. En el caso de los discos, se competirá individual en cuanto al lanzamiento y el que más distancia logre; en parejas se tratará de lanzar y capturar el disco.

Actividad No. 6 Plan de la calle

Objetivo: Sensibilizar a los niños sobre las principales actividades de carácter recreativo de distracción que rescata a la cultura y que se desarrollan en la comunidad sin necesidad de muchos medios

Desarrollo de la actividad: Consiste en que cada niño manifieste su motivación de cada juego que mas le guste, esto se hace con un carácter espontáneo pero si inclinado a la participación masiva de todo el que guste de esta preferencia

Control y Evaluación del programa

Al concluir dos meses de la puesta en practica, se procede a un análisis cualitativo por parte de todos los factores involucrados en el desarrollo de las actividades de las actividades recreativas ofertadas, donde se expondrán dificultades y logros alcanzados durante ese tiempo. También será evaluado el grado de aprobación y satisfacción de los participantes.

2.11.4-Valoración teórico de la utilidad del programa de actividades físico-recreativas.

Los aportes realizados por especialistas, referidos al objeto de estudio refleja la aprobación del programa de actividades físico-recreativas, la selección de los especialistas se realizó teniendo en cuenta los siguientes elementos:

- 1- Ser licenciado y universitario.
- 2- Tener experiencia en la recreación más de 7 años.
- 3- Resultados satisfactorios en la evaluación profesoral.
- 4- Mostrar disposición de colaborador en la investigación.

El 100% de ellos pronostico el éxito del programa propuesto de acuerdo con los cuatros aspecto tenido en cuenta (efecto, aplicabilidad, variabilidad y relevancia).

En sentido en general, coinciden en que la estructuración, organización y contenido del Programa propicia el cumplimiento de sus objetivos y la obtención de los resultados previstos, siendo posible su aplicación y en otras zonas,

permitiendo además, debido a su flexibilidad, corrección y perfeccionamiento, retroalimentándose de las experiencias de su implementación práctica, incluyendo los aportes de los propios participantes.

Todo ello imprime una notable relevancia y significación, en una esfera que inicia y comienza a explorar en el país como lo constituye la ocupación del tiempo libre y la recreación en el marco comunitario, resaltando lo novedoso de la propuesta en comparación con programas anteriores teniendo en cuenta el carácter integrador de las actividades que lo conforman, contribuyendo no solo al desarrollo de habilidades motoras o capacidades físicas, sino auto desarrollo de la comunidad y cultura general integral de sus portadores.

Además constituye un aporte teórico importantísimo a la preparación metodología de los especialistas en esta esfera de actuación brindamos una guía para el trabajo con el grupo seleccionado en el marco de la comunidad. No necesita de recursos económicos que puedan implicar gastos para el organismo, planteando soluciones concretas con el menor de los costos.

En la valoración recogida se manifiesta que es muy favorable el hecho de tener como punto de partida los gustos y preferencias, necesidades, intereses de los niños y que a su vez hayan planteado alternativa de solución por lo que se logra la propuesta aplicada.

2.11.5-Implementación de la valoración práctica.

La implementación del Programa de actividades físico-recreativas elaborado se ha ido concretando en la práctica, de forma paulatina. Al cabo de dos meses de su puesta en práctica, se aplicó la observación (segundo momento), a las actividades desarrolladas, constatándose la aceptación del mismo, a partir del aumento escalonado de la participación de los niños y demás habitantes del lugar en el cual las condiciones del lugar son favorables con la construcción de áreas rústica para el disfrute de la población y en especial a los niños para el esparcimiento del tiempo libre, donde la comunidad contribuyó positivamente al igual que los directivos de la zona.

Como se puede apreciar en la tabla 5 se manifiesta variedad en las actividades, estando todos los elementos observados entre los parámetros de Bien y Regular.

Tabla No 5 -Resumen general de las observaciones realizadas.5 (segundo momento).

Tabla. No.5-Comparación de los Resultados Generales de las observaciones realizadas.

Observaciones	Elementos observados.	B	%	R	%	M	%	SI	NO
-Act. de juego tradicionales.	Áreas deportivas disponibles	4	80	1	20			2	
	Condiciones de las áreas	4	100	1	20				
-Prog a jugar.	Promotores o Activistas	5	100					4	
- Act. Cut Rec.	Terreno posible a utilizar	4	80	1	20			2	
-Fest. Dep Recreativo.	Actividades Fundamentales	5	100						

Comparando estos resultados con la observación realizada en un primer momento, al inicio de la investigación, al aplicarse la Dócima de Diferencia de Proporciones, se aprecia de modo general, un salto positivo de la segunda, con respecto a la primera, existiendo diferencias muy significativas en los resultados de los elementos evaluados de Bien y Mal en una y otra respectivamente, tal y como se puede apreciar en la Tabla.No.6.

Tabla. No.6 Comparación de los resultados generales de las dos observaciones realizadas.

Observaciones	Evaluación de los Elementos	Prueba Inicial	Prueba Final	Doc.Dif. Prop. (p)	Significación
5	De Bien	2 / 10 %	12 / 60 %	0,0020	Altamente. Significativa.
	De Regular	9 / 45 %	8 / 40 %	0,7508	No existe
	De Mal	9 / 45 %	0 / 0%	0,0016	Altamente. Significativa.

Lo anterior puede dar evidencia de la aceptación y efectividad de la aplicación del programa de actividades físico-recreativas propuesto.

A su vez, fue aplicada a los niños una pequeña encuesta de estado de opinión y satisfacción, entre cuyos resultados generales arrojó: la satisfacción de realizar actividades físico-recreativas las cuales han tenido gran variedad, la divulgación ha mejorado, en cuanto al conocimiento de los encuentros deportivos, festival recreativo y programa a jugar.

Las actividades más gustadas: festivales deportivos recreativos, actividades culturales recreativas, programa a jugar y actividades de juegos tradicionales.

Conclusiones.

- 1- Se valoraron los fundamentos teóricos, fisiológicos, psicológico y tendencias actuales que existen de la ocupación del tiempo libre que sustentan las actividades físico-recreativas que demostró el importante rol que juegan las actividades físico-recreativas especialmente las de carácter formativo, adquiriendo singular importancia en la propuesta del programa ,se destaca como elemento indispensable la canalización necesidades, intereses, gustos y preferencias de la población, en dependencia de grupo atáreo al que pertenezcan.

- 2- De manera general el diagnostico del estado actual nos `permitió conocer que la situación social de la zona #5 circunscripción # 12 del consejo popular de “Santa Lucía” donde está fundamentado por la no realización de actividades físico-recreativas contribuyan a la ocupación de tiempo libre de estos niños donde poseen un espacio de tiempo libre (2 horas, 5 minutos, como promedio, los días entre semana), que no es ocupado de forma óptima en la formación multilateral de los mismos. La oferta recreativa que se brindan no son suficiente, no existe variabilidad en las ofertas recreativas, no existen áreas donde se pueden realizar actividades físico-recreativas y la población no está satisfecha.

- 3- Se elaboro un programa de actividades físico-recreativas para contribuir a la ocupación del tiempo libre de los niños atendiendo a gusto y La preferencias y que se le puede aplicar al resto de la zona teniendo la cuenta las características y motivaciones, gusto, intereses y preferencias propiciando además el desarrollo socio cultural y educativo y promoviendo el auto desarrollo de estos, sobre la base de la flexibilidad y variedad.

- 4- Validación teórica de los especialistas y práctica realizada a través de las encuestas realizadas de los niños nos permitió comprobar que el programa de las actividades físico-recreativas puesto en el resultado del análisis del basamento teórico y en consecuencia con su contribución a la ocupación del tiempo libre de los niños dando respuesta a la investigación, siendo aceptada satisfactoriamente por los niños del mismo, los cuales han experimentado una mayor participación y motivación en las actividades desarrolladas.

Recomendaciones

- 1- Extender la propuesta con sus particularidades a otras comunidades dentro del consejo popular para hacer de la recreación en su tiempo libre un proceso cada vez más participativo.

- 2- Atender los requerimientos organizativo-metodológicos del programa de actividades físico-recreativas que se proponen para lograr una mejor ocupación de tiempo libre de los niños de 6 a 12 años zona#5 del consejo popular de “Santa Lucía”.

- 3-Desarrollar un movimiento de capacitación y preparación de activista recreativos entre los miembros de la comunidad con el propósito de favorecer el desarrollo sociocultural de la población.

Revisión bibliográfica

1. Albarran, M. A. (1993). Tres opciones académicas de la formación profesional en recreación educativa. En: Asociación de Educación Física y Recreación de Puerto Rico (Eds.). **Muévete y Vive...aludable**. 39. Convención Anual
2. Andrade de Melo V. y de Drummond, E., Introducción al ocio. Editora Menole Ltda., Barueri Brasil, 2003
3. Camerino Foguet, O. (2000). **Deporte recreativo** (pp. 7-19). España: INDER Publicaciones.
4. Cancio, E. (1975). El concepto de recreación en Puerto Rico. **El Mundo** (Sección D, p. 1-D). 16 de marzo de 1975. CARIDE, J., Paradigmas Teóricos en la Animación Sociocultural. En TRILLA, J. (Coord.) Animación Sociocultural. Teorías, programas y ámbitos. Editorial Ariel S.A., Barcelona, 1997. Págs. 41 – 60
5. Dirección Nacional Recreación del INDER: “documentos rectores de la recreación física en cuba” (La Habana, Cuba, años 2000-2003).
6. -----: Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente, Vicepresidencia INDER: “Seminario Nacional del Programa de Dirección y Gestión” (Ciudad de La Habana, Cuba, año 2003).
7. -----: “Los valores en la dirección” (Ciudad de La Habana, Cuba, año 2002)
8. -----: “Beneficios de la recreación” (Bogotá, Colombia, año 1999)
- 9-----: **Deportes para Todos** (pp . 20-26). Madrid, España: Editorial Alhambra, S. A. (1988).
10. Jetzschmann, Horst; BERGER, Horst: "El proceso de la investigación sociológica" I

- 11-Marti Pérez, José: "La Edad de Oro" (La Habana, Cuba, año 1999)
- 12- Meléndez Brau, Nelson (1999). **Introducción al Estudio de la Recreación** (pp. 15-20, 37-146, 267). San Juan, Puerto Rico: Centro de Estudio del Tiempo Libre.
- 13-Panto as Cantre, E. Principios Generales de la Recreación. San Juan, Puerto Rico
- 14-Administración de Parque y Recreo Públicos, Negociado de Recreación y recreación División de Recreación. 8 pp.
- 15-Pérez Sánchez, Aldo, y colaboradores:"Recreación :Fundamentos
- 16 -Teórico Metodológico" (Ciudad de México, México, año 1997).
- 17-Presidencia del INDER: Resoluciones (Ciudad de La Habana, Cuba, años 1989-2003).
- 18-Seda, J. & Otero, E. (1978). **Manual de Educación Física para las Escuelas Elementales de**
- 19-Puerto Rico. (Ed. Rev., pp. 14-18). Puerto Rico: Estado Libre Asociado de Puerto Rico, Departamento de Instrucción Pública.
- 20-Smith, S. L. J. (1990). **Dictionary of Concepts in Recreation and Leisure Studies** (pp. 135, 179-187, 238-246, 253-257, 302-306). New York:: Greenwood Press.
- 21-Villavicencio, T. (1979). Em defensa del ocio. **El Mundo** (p. 7-A) (Lunes, 22 de enero de 1979).
- 22-Tabares, F., Ocio, Recreación y Desarrollo Humano. Memorias VI Congreso Departamental de Recreación. Medellín mayo 5, 6 y 7 de 2005.
- 23-Tabares, F., El ocio como dispositivo para la potenciación del desarrollo humano. XIV Seminario Maestros Gestores de Nuevos Caminos. Seminario Escuela vs. Juventud: ¿Encuentros o Desencuentros?. Medellín 24 y 25 de agosto de 2005

24-Tabares, F. Dimensión social del deporte y la recreación. Jornadas de trabajo aprender jugando. La lúdica como mediación de la enseñanza y el aprendizaje. Instituto Deportes y Recreación INDER Medellín – Asociación de Institutores de Antioquia – Escuela del Maestro. Medellín 26 y 27 de agosto de 2005.

Bibliografía.

- 1- Álvarez de Zayas, C.M. La escuela de excelencia. MS. La Habana. Cuba. 1994.
- 2- Ander-Egg, E. (1989). La animación y los animadores. Editorial Narcea, Madrid.
- 3- Arnold, A. (1986). Como jugar con su hijo. Editorial Kapeluz. Buenos Aires.
- 4- Blázquez, D. (1982a). "Elección de un método en Educación Física: las Vol... Situaciones problema". En Apuntes educación física medicina deportiva, XIX junio nº 74: 91-99. Barcelona INEF.- (1991) "La investigación acción y Técnicas de investigación cualitativa.
- 5- Brancher, H. (1977) Recreación. Rusell Sage Foundation. New York.
- 6- Boullon, R. (1983) Las actividades turísticas y recreacionales. Ed. Trillas, México.
- 7- Butler, G. (1963). Principios y métodos de Recreación para la comunidad Editorial Gráfica Omeba, Buenos Aires
- 8- Cajigal, J. M. (1987). Cultura Física y Cultura Intelectual. Ed Kapeluz. Buenos Aires.
- 9- _____ . (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". Citius, Altius, Fortius.-Tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
- 10- Camerino Foguet, O. Y Cartañer Balcells, M. (1991). 1001 ejercicios juegos de recreación. Editorial Paidotribo, Barcelona
- 11- Cervantes, J. L. (1992). Programación de Actividades Recreativas. Ed. Mungía y Hnos., México.
- 12- Coldeportes, Funlibre, Colectivo de autores (2003) "Plan Nacional de Recreación" (Bogotá, Colombia).
- 13- Cutrera, J. C. (1987). Técnicas de Recreación. Ed. Stadium. Buenos Aires.
- 14- Danfor, H. (1966). Planes de Recreación para la comunidad moderna. Ed. Gráfica Omeba. Buenos Aires.
15. Davis, M. (1971) Teoría de Juego. Ed. Alianza. Madrid.
16. Davilona, N. A. (1979) La Naturaleza y nuestra salud. Ed. Misk. Moscú.
17. Diekert, J.; Kreis, F. Y H. Musel. (1988). Gimnasia, deporte y juego. Ed. Kapeluz, Buenos Aires.
18. Dirección Nacional Recreación del INDER (2003) "Documentos rectores de la recreación física en cuba" La Habana, Editorial Deportes

19. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Barcelona. Editorial Estela
20. _____. (1971). Realidades del ocio e ideologías. Barcelona, Fontanella.
21. _____. (1988) Revolution culturelle du temps libre. París, Meridiens Klincksieck.
22. Franch, J. Y Martines, A. (1995) “Animar un proyecto de educación social. La intervención en el tiempo libre”. Editorial Paídos, Barcelona.
23. Fraile Aranda, A. (1995) “La investigación – acción, instrumento de formación para el profesorado de educación física” en Apuntes No. 42, 1995, Barcelona.
24. Francia, A. Y Martines, O. (1999). Educar en valores con juegos y Dinámicas Editorial San Pablo, Madrid
25. Ferry, H. (1982). El trabajo en grupo. Ed. Paídos, Buenos Aires.
26. Flosdorf y Rieder. (1975). Deportes y juegos en grupos. Ed. Kopeluz, Buenos Aires.
27. Fuentes, Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista Digital Educación Física y Deporte.
28. _____. (1998). Recreación comunitaria. Ciudad de La Habana . Dirección Nacional de Recreación del INDER.
29. Gabuelsen, A. Y C. Holtzer. (1971). Educación al aire libre. Ed. Troquel, Buenos Aires.
30. García Antolín, Roberto J. y María Elena García Montes. (2000) <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - Nº 23 Julio SITIO: <http://www.campogrupal.com/comunidad.html>.
31. García Montes, María Elena. (1996). Planificación de actividades para el recreo y el ocio (apuntes de la asignatura). Granada (inédito).
32. García Montes, María Elena, A. Irene Hernández Rodríguez (2003) Didáctica de las actividades físico-recreativas para el tiempo libre y el ocio. La Habana, Editorial Deportes.
33. García, M., Hernández, A. y Santana, O. (1982) “Los Estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones, en Investigaciones científicas de la demanda en Cuba. La Habana, Editorial Orbe.

34. Gutemberg, E. (1994). Planificación social y gestión de la comunidad
Madrid ED. Popular.
35. Gutiérrez, R. (1997). El juego como elemento educativo. Editorial CCS.
Madrid.
36. Grushin, O (1966). Tiempo libre y desarrollo social. Ciudad de La Habana,
Instituto de Demanda Interna. Centro de Información Científico Técnico.
37. Hernández Vázquez, M. Y Gallardo L. (1994). "Marco conceptual: Las
Actividades deportivo-recreativas" En Apuntes 'Educación Física. 37: 58-
67 Barcelona. INEFC.
38. Grushin, O (1966). Tiempo libre y desarrollo social. Ciudad de La Habana,
Instituto de Demanda Interna. Centro de Información Científico
Técnico.
39. Huisinga, J. (1957). Homo Ludens. Ed. Emece, Buenos Aires.
40. Krispskeen, V. M. (1978). Fundamentos socio-fisiológicos de la organización
de las actividades recreativas. Ed. Minsk.
41. Kotronitski, A. (1977). Enfoque sistémico de los estudios de la recreación.
Ed. Progreso, Moscú.
42. Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional,
Madrid.
43. Listello, A. y Otros. (1988). Recreación y Educación Física Deportiva, Ed
Kapeluz, Buenos Aires.
44. Martínez del Castillo, J. (1986). "Actividades físicas y recreación; nuevas
Necesidades, nuevas políticas" En: Apuntes de Educación Física. 4: 9-17
Barcelona. INEFC.
45. Martínez del Castillo, J. (1985). Apuntes oposiciones de b.u.p. y f.p. año
1985. Tema 49: "el concepto de recreación física en el contexto
educativo escolar. Tiempo libre y ejercicio físico". Barcelona, INEC.
46. Martínez Gómez, M. (1995). "Educación del ocio y el tiempo libre con
actividades física alternativas". Madrid. Librerías deportivas Esteban
Sanz, Marx, K. (1966) "Contribución a la crítica a la Economía Política".
Editora Política, La Habana.
47. Mironenko, N. S. Y I. T. Tvesdoilebon. (1984). Geografía Recreativa. Ed.
Vnestorjizdat, Moscú.

48. Moreira, R. (1977). La Recreación un fenómeno socio-cultural. La Habana, Impresora José A. Huelga.
49. Munné, F. (1980). Psico-sociología del tiempo libre; un enfoque crítico. Ed. Trillas, México.
50. Olivera, R. (1996) "El planeamiento comunitario. Metodologías y estrategias". Grupo para el desarrollo integral de la capital, La Habana.
51. Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. FUNLIBRE, Colombia.
52. Pérez Serrano, G. (1990) "Investigación – acción aplicada al campo educativo". Editorial Dyckinson, Madrid.
53. Pérez Sánchez, Aldo (2002). Tiempo. libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. En V congreso de Latinoamérica de tiempo libre y recreación.
54. Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (1997). Recreación.; fundamentos teóricos metodológicos. La Habana, Editorial Deportes
55. Pérez, A (2003). Fundamentos Teóricos metodológicos Capítulo I, Editorial José Martí.
56. Perov, O.B. (1986) "Problemas actuales del desarrollo de las investigaciones sociales concretas". Ciencias Sociales, La Habana.
57. Pieron M. (1988). "Didáctica de las actividades físicas y deportivas". Madrid: Gymnos.
58. Petrorski, A. V. (1980) Psicología, pedagogía y de las edades. La Habana, Editorial Pueblo y Educación
59. Puig Rovira, J. M. Y Trilla, J. (1985). "La pedagogía del ocio". Barcelona: CEAC.
59. Quintana, JM. (1993). Los ámbitos profesionales de la animación. Editorial Narcea, Madrid.
60. Ramos, Rodríguez, A. (2001). Las Necesidades recreativo físicas en los consejos populares norte y sur del municipio San José de las Lajas. Ciudad de La Habana, UNAH. Informe Taller Nacional Gestión Tecnológica Medioambiental Municipal.
61. Recursos Técnicas - Operativos para la administración de Programas, CONADE, México, 1989.

62. Rico, Carlos A (1998). V congreso nacional de recreación; gestión, recreación y desarrollo humano; la búsqueda de nuevas alternativas lúdico -Recreativo Espaciales .3 al 8 de Noviembre. Manizales Colombia.
63. Rodríguez, E. 1989. Tiempo Libre y personalidad. La Habana. Ciencias Sociales.
64. Roque, R. Y V. C. Bobes. (1988). Una fuente crítica o crítica de una fuente. En temas No. 14 y 15, La Habana.
65. Ruiz, J. M.E. García Y I. Hernández. (2000). Organización de jornadas lúdicas en espacios no convencionales. Universidad de Almería, España.
66. Zamora, R. y M. García. (1988). Sociología del tiempo libre y consumo de la población. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.
67. Sánchez M. S. Guerrero, Caballero. (1977). Los 100 juegos del plan de la calle; algunas teorías sobre juegos. La Habana, Editorial Orbe.
68. Sánchez M. S. Guerrero Y L. Caballero. (1977). Los 100 juegos del Plan de la Calle. Algunas teorías sobre juegos. Editorial Orbe, la
69. Waichman, P. (1993) "Tiempo libre y recreación, un desafío pedagógico". Editorial PW, Buenos Aires.
70. Weber, E. (1969). El problema del tiempo libre. Madrid, Editorial Nacional.
71. Zamora, R. y M. García. (1988). Sociología del tiempo libre y consumo de la población. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.

Anexo No. 2

La entrevista aplicada a informantes claves de la zona 5 de la circunscripción 12 del consejo popular de "Santa Lucía" de municipio Minas de Matahambre.

Compañero con vista a mejorar la programación que realizan los niños de nuestra comunidad en el tiempo libre estamos realizando un estudio por lo que necesitamos respondan con seriedad las siguientes preguntas del cuestionario dándole las gracias de antemano por el tiempo dedicado.

Cuestionario.

1- Está satisfecho con las actividades que realizan los niños de la comunidad Fuera del horario escolar y fines de semana.

Si____ no____ a veces_____

2- Se realizan actividades sistemáticas

Si ____ no____ a veces_____

3-Existen variabilidad en las actividades que se realizan para los niños por Parte del combinado deportivo.

Si____ no____ a veces_____

4- Posee la zona áreas idóneas para realizar actividades con los niños

Si____ no__

5- Los niños realizan actividades por sí solo.

Si____ No____ a veces_____

6- La zona es atendida a través del combinado deportivo por algún profesor de recreación

Si__ no__ a veces__

7-Los niños van a otras zonas dentro de la circunscripción atendida por Profesores de recreación.

Si ____ no____ a veces.____

8- ¿Qué actividades observan realizar los niños de la comunidad fuera del horario de clase y fin de semana?

Si ____ no____ a veces_____

Anexo No. 3

Encuesta aplicada a los niños de la zona #5

Hola.

Con vista a mejorar las actividades físico-recreativas que se realizan en la comunidad y puedan disfrutar en su tiempo libre con actividades adecuadas a su edad le pedimos que respondan las preguntas que a continuación se le realizaran.

“Gracias.”

Cuestionario.

1-Edad____ sexo____ grado____

2-Con quién vive: padre____ madre____ hermano____ abuelo____ otros____

3-Te gusta realizar actividades con tus amigos o amigas después del horario Escolar.

Si____ no____ a veces____

4-Selecciona las actividades que prefieres realizar.

Futbolito____ parchí____ voleibol____

Beisbol____ damas____ ajedrez____

Juego de canto____ bailes____ programa a jugar____

Juegos de preguntas y respuesta____.

Otras____

5-Vas lejos de cuadra para realizar actividades o jugar.

Si____ no____ a veces____

6- Si vas lejos de tu cuadra a realizar juegos señala porque no lo haces.

7-¿Qué actividades realizas por las tarde cuando llegas de la escuela?

Ver TV____ Leer____ Escuchar Música____

En tu casa con tus amigos____ otras actividades____

Anexo No. 4: Auto registro de actividades

Días de las semanas.

	Hora de inicio	Actividades	Realiza	Hora final